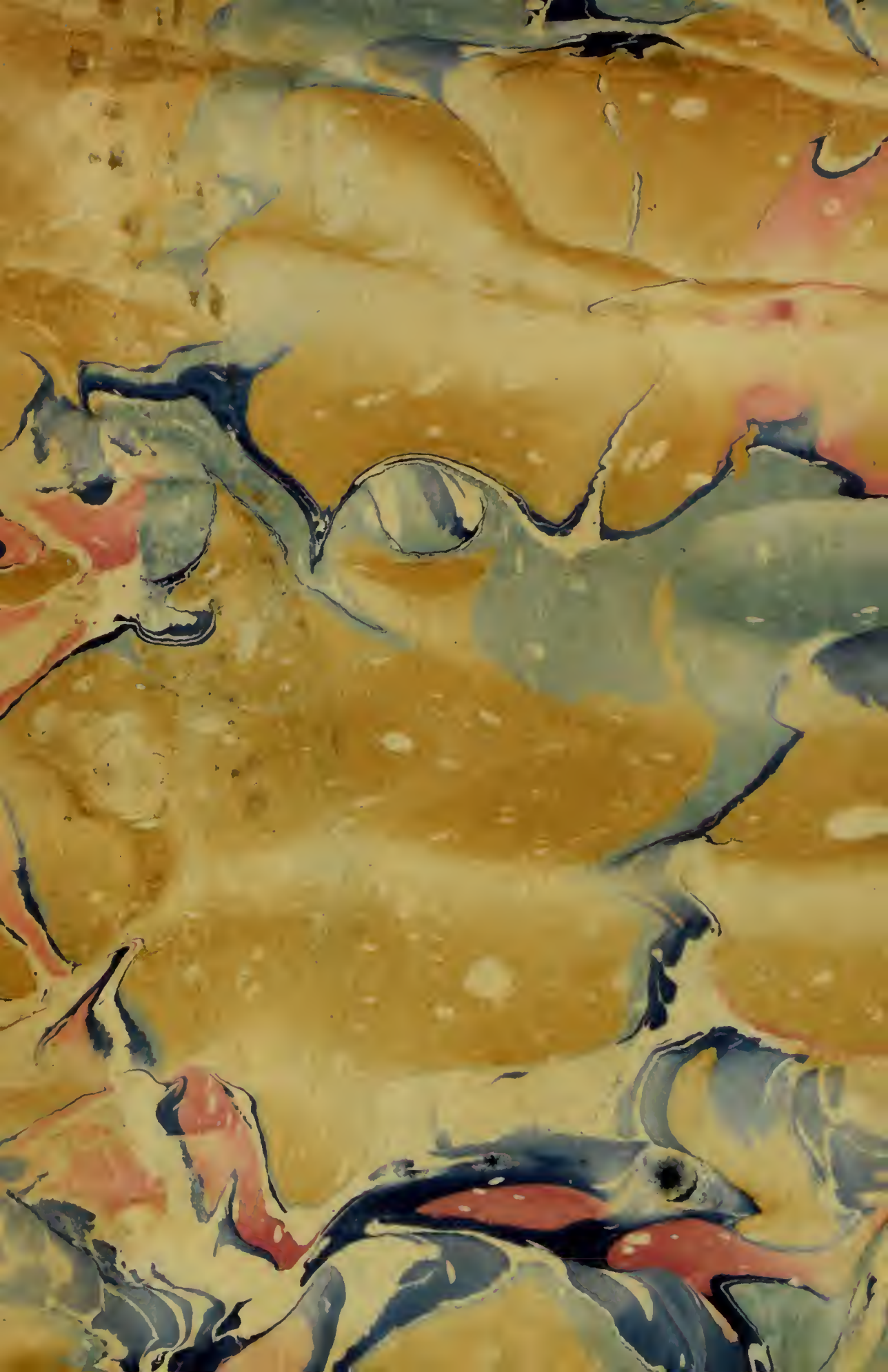
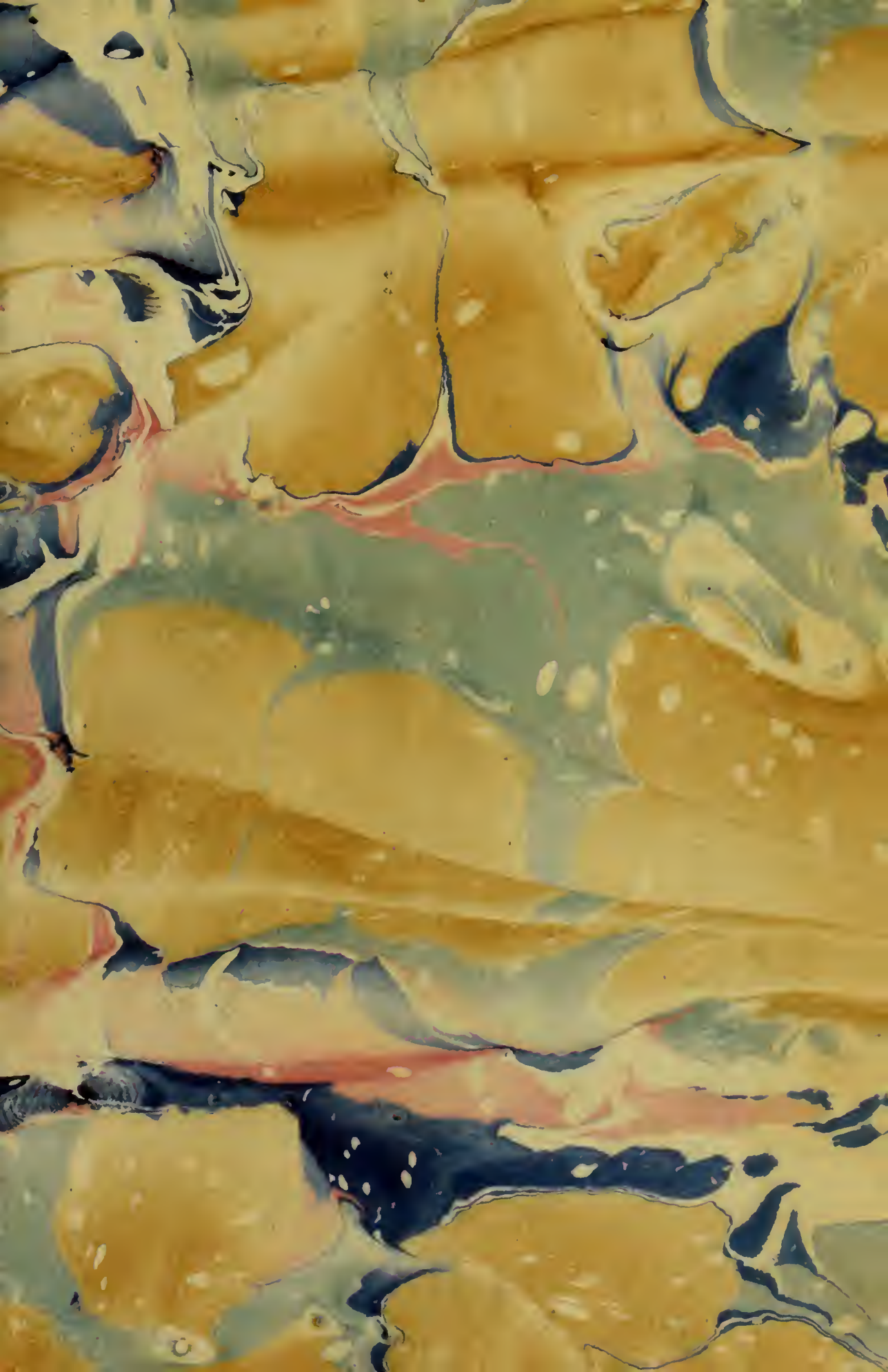




11352/B Complete

J. XL
18/a

51130

DISERTACION

SOBRE

LA MUCHEDUMBRE DE NIÑOS

QUE MUEREN EN LA INFANCIA,

Y MODO DE REMEDIARLA,

Y DE PROCURAR EN SUS CUERPOS

LA CONFORMIDAD DE SUS MIEMBROS, ROBUSTEZ,

AGILIDAD Y FUERZAS COMPETENTES.

LA ESCRIBÍA

EL Dr. DON ANTONIO ARTETA

ARCEDIANO DE ALIAGA, DIGNIDAD DE LA SANTA IGLESIA METROPOLITANA DE ZARAGOZA.

PARTE II.

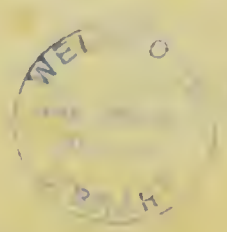
CON LICENCIA DEL CONSEJO:

En Zaragoza: Por Francisco Magallon.

AÑO 1802.

In multitudine populi dignitas Regis, & in paucitate plebis ignominia Principis.

Proverb. 14. v. 28.



PARTE SEGUNDA

DEL MODO CON QUE SE DEBE TRATAR, CUSTODIAR Y GOBERNAR LOS INFANTES DESDE SU NACIMIENTO HASTA SALIR DE LA INFANCIA.

CAPITULO I.

DE LOS CUIDADOS QUE DEBEN TENERSE CON LOS INFANTES RECIEN-NACIDOS.

§. I.

Debe observarse si todos los miembros del recien-nacido particularmente la Cabeza tienen configuracion perfecta.

Luego que nace el infánte se debe observar con toda atencion si todos sus miembros tienen configuracion perfecta. Muchas suelen ser las personas defectuosas por el tósco manejo de las Comadres. Si se advierte en los miembros del recien-nacido alguna desproporcion natural ò deformidad, recúrrase prontamente à persona inteligente y práctica que sea capáz de conocer si el defecto es remediáble sin riesgo ni peligro de mayor mal, pues como los miembros del infánte están entonces tan tiernos, puede lograrse volverlos fácilmente en aquellos primeros momentos à su configuracion natural, como acontéce freqüentemente con la cabeza, que por tocarla ò apretarla mas de lo que se debe por las Comadres

en el acto del nacimiento, ò por la compresion que experimentó al salir del seno materno, toma una configuracion defórme è irregular; pero adviértase con cuidado si el defecto es natural y no provéniente de la compresion dicha ni del mal manejo de la Comadre, en cuyo caso sería muy peligroso el querer ò procurar darle otra configuracion mejor, porque es muy fácil descomponer el mecanísmo del celebro ò de algun órgano interiór.

Adviértase tambien para no exponerse à cometer algun errór muy perjudicial que la forma del cuerpo y de los miembros del recien-nacido no aparece desde luego con toda su perfeccion. „ Todas las partes, dice Mr. Buffon (1), están entonces muy redondas, y aparecen llenas ò abultadas quando el infánte nace bueno y robusto. Su cabeza, habia dicho ya (2), es mas gruesa à proporcion que lo demás del cuerpo, y èsta desproporcion que era aún mucho mayor en la primera edad del feto, (es decir en los primeros meses del embarazo) no desaparece hasta despues de la primera infáncia.“ Sería pues un error muy perjudicial tener esto por deformidad, è intentar alguna composicion en donde es inútil y aún dañosa. Las narices acostumbran à ser chatas, y las piernas algo torcidas en los recien-nacidos, pero estos defectos los remédia la naturaleza à próporcion que van creciendo.

El modo de atár el cordon umbilicál, y de extraér las secundinas pertenece al arte obstetrícia, por lo que no me detengo en esta instruccion, y me contento con pre-

(1) Historia natural tomo 2. de la primera parte pag. 15.
(2) Ibid. pag. 14.

prevenir que debe ponerse mucho cuidado en estas operaciones, pues suelen ser gravísimos los perjuicios que se siguen de no practicarlas debidamente.

„ A los tres dias, prosigue Buffon, les sobreviene comunmente un color amarillo, en cuyo tiempo se observa algo de leche en los pechos del infánte, la qual se exprime con los dedos: la superabundancia del xugo, y lo abultado de todas las partes del cuerpo disminuyen en seguida poco à poco à proporcion que el infánte va creciendo.“

Se ve palpitár en los mas de los recien-nacidos la coronilla de la cabeza frente à la mollera, y en todos se dexa percibir, si se lleva la mano, el movimiento de las artérias del celebro, pero esto es natural, y el tiempo la va cerrando sin necesidad de los emplastos que aplican algunos, y que no solamente no son útiles sino perjudiciales. Tambien se forma una especie de corteza, que algunas veces es tan espesa que es preciso sacudirla suavemente con un cepillito ò pincél para hacerla caèr à próporcion que se va secando. El uso freqüente es el de untarla con aceyte comun, y ella misma se va desprendiendo. Todo esto prueba la delicadéza de su cabeza en aquel tiempo, è inspira la suavidad y dulzura con que se les debe manejar.

§. II.

Baño del recien-nacido.

El líquido en que nadaba el feto en el seno materno, dexa sobre èl un humór viscóso y blanquecino, que precisa à bañarlo con algun licór dulce para despe-

pegarlo y dexarle libre la transpiracion. Así Buffon como Hervas refieren los baños de agua fría, que entre los Lapónes y pueblos del norte, en el imperio del Perú y otras partes, hacen à los recien-nacidos para despegarles dicho humór y fácilitar la libre transpiracion. „ Los pueblos del norte, dice Buffon, están persuadidos de que los baños frios hacen à los hombres mas fuertes y robustos, y por esta razon los dedican desde su nacimiento à contraér este hábito. En el Isthmo de América las madres se bañan en agua fría juntamente con sus hijos inmediatamente que han parido, y sin embargo de este uso que nosotros miramos como muy peligroso son raras las que perecen de sobre parto; en lugar de que à pesar de nuestros cuidados vemos perecer muchas mas entre nosotros.“ Esto no obstante está Mr. Buffon tan lexos de prescribir estos usos entre nosotros, que dice que en su país se tiene siempre la *sábia precaucion* de no lavarlos sino con licóres tíbios.

Juan Varandéo citado por Hervas, se opone à los baños de agua fria en el recien-nacido, y se persuade que la guerra y no la medicina inventó tales baños entre los antigüos, que eran todos guerreros. Ballexerd dice que no bastando comunmente el agua simple para limpiar bien à los niños, convendrá lavarlos tambien con un paño moxado con vino. Tissot sobre el primer baño de los niños habla así: „ Importa mucho que el recien-nacido se límpie quanto antes, y para limpiarle, la mejor cosa es usar de las dos terceras partes de agua y una de vino: el vino solo no conviene. Los baños se pueden repetir por algunos dias contínuos, mas no se repitan con agua caliente. Si el humór es muy viscóso, úsese un cocimiento de manzanilla con un poco

de

de xabon como una abellana. La base de la salud es la regularidad de la transpiracion, y para lograr esta transpiracion regular son buenos los baños fríos y muy nocivos los calientes: : : es pues necesário lavar à los infántes pocos dias despues de su nacimiento con agua natural, esto se puede hacer con una esponja: se empezará por el rostro, despues se lavarán las orejas, el pescuezo, el cogote, (sin tocar la molléra porque no están aún bien unidos sus huesos) el cuello y todo el cuerpo. Este método usado en la antigüedad y renovado en estos tiempos es utilísimo. Los niños endebles tienen particular necesidad de ser lavados, los muy robustos no tiénen ninguna. Es necesário lavarlos cada dia, y en tiempo bueno y caliente conviene entrarlos en el agua. La gran ventaja de estos baños es facilitar la transpiracion, y hacer à los infántes menos sensibles à las várias impresiones de la atmósfera, y de este modo se preservan de la contraccion de nérvios, de las obstrucciónes, de los males cutáneos y otras enfermedades comunes en la infáncia."

El Anónimo que ha puesto notas à la obra de Tissot advierte que no se usen los baños con los infántes que por ser algo endebles necesítan del calor de los cordiales, de friegas &c. para no perecer.

Tissot pasa del primer baño del recien-nacido, que no tiene otro objeto que limpiarle del humór viscóso que saca del seno materno para facilitar la transpiracion, à los baños que en adelante y sucesivamente se deben practicár con ellos. Mas adelante trataremos de este método saludable, y que ciertamente los preserva de los males expresados por este escritór comunes en la infáncia; pero por lo que toca al primer baño del recien-

nacido entiendo que lo mas acertado es seguir la práctica actual de este país, de la que no vemos se siga perjuicio ninguno y se logra el intento: èsta es la de lavarlos inmediatamente à su nacimiento con un paño de lienzo suave moxado con vino tíbio, con lo que se logra fácil y prontamente despegarle el humór, sin que sea necesária otra cosa para dexarlo límpio y en disposicion de transpirar libremente.

El método de baños de agua fría que dice Buffon usan en el norte y otras partes, sería nocivo en este país, en el que enseña la experiéncia que el frío es el mayor enemigo de los recien-nacidos. El infánte está acostumbrado hasta el momento de su nacimiento al dulce calór de un líquido tranquilo, por lo que es de presumír que en el tiempo inmediato à haber salido de èl, la accion de un flúido frío quebrante con violéncia las fibras delicadas de su cuerpo: y con efecto vemos que èl se manifiesta igüalmente sensible à los dos extremos de frío y de calór. „ La mortandad de los infantes, dice Hervas (1) crece à proporcion que es mayor el frío del dia, semana ò mes en que nacen, y cita la Disertacion del Dr. Zeviani, en la que se lee que de 5150 infantes que nacieron desde Abril hasta Setiembre inclusive, murieron solamente 468, y de 6084 nacidos desde Octubre hasta Marzo inclusive, murieron 1500, siendo el exceso de 947 mas de los que correspondían à los muertos de los que nacieron desde Abril hasta Setiembre, exceso verdaderamente notable. Es funestísimo, añade, el primer mes de los infantes que nacen en el crudo invierno; pero los que llegan à superár los dos primeros

(1) Tomo 1. pag. 195.

ros meses fríos de su vida, son mas robustos que los que nacen en tiempo caliente. De lo que resulta que sería muy expuesto bañarlos con agua fría luego que nacen para quitarles el humór viscóso que sacan del útero pegado à su piel."

§. III.

Expulsion del Mecónio.

Los infantitos al nacer traen en los intestinos gruesos así como los demás animales un humór que se llama mecónio, y es el excremento que se ha formado en los intestinos en el tiempo de su mansion en el seno materno. Tiene un color negro y olór muy diferente del que tienen los excrementos que le suceden despues que la bilis y los sucos ò xugos amargos del cuerpo empiézan à mezclarse, porque como el estómago y los intestinos no hacen funcion alguna en el feto, ò à lo menos ninguna semejante à las que hacen quando la respiracion ha comenzado à dar movimiento al diafragma y à todas las partes interióres, no se ha hecho aún digestion ni mezcla de la bilis y xugo pancreático con el alimento.

Conviene pues que el infantito expéla luego los excrementos, cuya retencion por mucho tiempo le causaría dolores cólicos y acaso la muerte. Muchas veces los expéle prontamente luego que orina, lo que acostumbra à suceder inmediatamente que percibe el calor del fuego: por cuyo motivo es conveniente envolverlo luego en pañales calientes, y si se verifica presto la orina y la expulsion del mecónio, es señal de robustéz, así como si mira la luz, mueve los brazos y da muestras de alegria.

No debe mamár otra leche que la primerã de su madre antes de expéler el mecónio, porque se acedaría ò corrompería. Es un error muy perjudicial el darle medicamentos para la expulsion del mecónio. ¿Qué medicinas se dan à los otros animales recien-nacidos ni al hombre salvage, que igualmente necesitan de purificarse de las heces que traen al nacer en sus intestinos? Y sin embargo son tan pocos, como queda dicho, los que perecen en su infáncia. La medicina mas à propósito y preparada por la naturaleza para este efecto, es la primera leche de la madre. Es verdad que en las primeras horas aparecen sin leche los pechos de la madre; pero igüalmente lo es el que el infante ayuna aquellas horas voluntariamente, y no necesita ni desea mamár, en lo que se descubre la correspondéncia admirable de la naturaleza entre estos dos fenómenos, que no pueden ser efectos del acaso.

„ La leche primera de la madre, dice Hervas (1), aparece impura ò poco purgada, y èsto lexos de ser un yerro de la naturaleza, es efecto de la sábia providencia del Criador, que prepara al niño en la primera leche de la madre la mas saludable y natural medicina, para que se purgue y arroje de su cuerpo lo que perjudica à su salud con la nueva vida y nuevo alimento. Los calostros, que la vulgar medicina habia mirado como desechos ò heces de la leche buena, son la purga y el primer alimento, que la naturaleza sábiamente gobernada ha compuesto y quiere dar al infante. La naturaleza pues con el poco apetito ò ayuno voluntario del infante, y con la tardanza de la venida de la

(1) Tom. 1. pag. 201.

la leche que debe ser su primer alimento, nos dice que la preocupacion no se debe obstinár à despecho de estos avisos en alimentar à los infantes antes de tiempo para hacerlos víctimas del capricho. La misma naturaleza en la virtud purgativa que da à la primera leche de la madre, la habla, grita, y dice la obligacion de criar à su hijo." Y con efecto enseña la experiéncia que todos los infantes que maman los calostros ò primera leche de la madre, se crían mas fuertes y robustos que los demás, à quienes siempre se les conoce la falta de esta pocion ò alimento saludable preparado por la naturaleza para su bien estár. Quede pues establecido que es un error muy perjudicial medicár cruelmente à los infantes recien-nacidos siguiendo las idéas caprichosas de las gentes faltas de instruccion que presiden à su nacimiento, que pretenden hará mejor efecto una dróga extrangera, que una bebida saludable de manos de la naturaleza.

El infante deséa comunmente el pecho de la madre pasadas aquellas horas que la naturaleza necesita para disponerle su mas sano alimento, y sin embargo se encuentran Doctores que quieren rehusarselo tenazmente hasta el tercer dia de su nacimiento, de lo que se sigue freqüentemente que abunda la leche en el pecho de la madre, sobreviene la fiebre, y por haber esperado mucho se inutiliza talvez la madre para lactar à su hijo. Los Directores del Hospital de Londres son los primeros que han seguido en èsto el instinto de la naturaleza y la voz del sentido comun. El suceso les ha justificado su método. Ellos hacen dar al infante el pecho de la madre luego que da muestras de desearlo, lo que acostumbra à suceder diez ò doce horas despues

de su nacimiento. Con esto el recien-nacido no tiene necesidad de medicina, la madre evita la fiebre de la leche, la naturaleza está contenta y todo va bien. Es una desgracia que este método no sea seguido universalmente. La rutina y la preocupacion son los medicos que se consultan sobre una materia de que depende la salud de todo el resto de la vida. La rutina y preocupacion tienen un império que es casi siempre arriesgado el oponerse. Aquellos que se ven en la precisa necesidad de atender, ò mejor diremos de contemplár los caprichos del público, no se atreven à reprehenderlos ni corregirlos.

En el caso que la madre esté imposibilitada à lactár su hijo, ò sea tan cruél que resista la inclinacion y obligacion que le impone la naturaleza de criarlo por sí misma, es quando se le debe negar, como se ha dicho, toda otra leche hasta haber expelido el mecónio, y arrojado todas las aguas ò babas que tenia en su estómago y écha por la boca. Bellexerd aconseja que no se dé cosa ninguna al infante hasta que haya arrojado muchas babas y el mecónio. El infante se puede mantener veinte y quatro horas sin tomar nada por la boca; pero si el parto ha sido largo y penoso, y se observa que está algo débil, dice Ballexerd y tambien Buffon que se le den algunas gotas de vino tíbio mezclado con azucar para fortificár su estómago. Tissot aconseja una poca de agua con azucar ò miel, y el mecónio suele salir por cámara ò por vómito: y que para estar seguros de la evacuacion total del mecónio, convendrá darle una onza de xarabe de chicórias desleído en una poca de agua, que se le da en el espácio de cinco horas, lo que dice ha tenido efectos fe-

li-

licísimos; pero nada asegura mejor el haberse expelido ya todo el mecónio, segun Buffon, que el ver que arroja ya los excrementos blanquecinos y de mucho mas mal olór que el mecónio.

Aunque los infantes hayan evacuado bien y presto el mecónio, sucede freqüentemente, dice Tissot, que la leche se aceda en su estómago y causa vómitos, dolores cólicos, diarréas y aún la muerte. Para todos éstos casos, dice, que es excelente el xarabe de chicórias dicho, el qual además de servir para la evacuacion, previene la formacion de nuevos humores nocivos. Tambien prescribe polvos hechos con dos dracmas de ojos de cangrejo y quatro granitos de canela, que se darán en ocho tomas en una cucharada de agua ò de leche antes que el infante mame: y advierte que es nocivo el uso de aceyte de almendras dulces, porque se aceda despues y aumenta la causa del mal.

Hervás hace una adverténcia particular tomada de Petit en su Memoria sobre el frenillo de la léngua, en la que dice se tenga presente que en caso de estár los niños uno ò dos dias sin mamár, el movimiento contínuo y natural de sus lénguas excitado de los deseos de mamár, hace que se envuelvan ò retiren, ocasionando el impedirles la respiracion y ahogarlos: por cuyo motivo es preciso atender si se observa gran movimiento en la léngua de los infantes, en cuyo caso se les dará de mamár; pero si no han arrojado el mecónio se podrá darles un vizcocho bañado en agua. Todos estos riesgos se evitan dandoles el pecho de la madre luego que lo desean, como lo ha acreditado la experiencia en el Hospital de Londres, y acontece en los demás animales, y en el hombre salvage.

§.

§. IV.

El infante debe ser lactado por su própia madre.

El primer principio y el mas necesário en la educacion física de los infantes es el alimento. Aunque desde luego se presenten muchas cosas como necesárias, ninguna tan ùtil y precisamente inevitable como la buena calidad del alimento, y principalmente el que se recibe del pecho de la madre ò de la nodriza : por cuyo motivo se hace preciso detenerme algo mas en èste punto como el mas esencial.

La naturaleza, como hemos visto, ha destinado la primera leche de la madre para primer alimento de su hijo: ella declara con la leche el ministério y obligacion de la madre ; pero las riquezas, el luxo desordenado y la desreglada concupiscéncia han introducido la bárbara costumbre de abandonar las madres sus hijos à otras mugeres para lactarlos, que es lo mismo que sacrificár èstas tiernas víctimas à las enfermedades, y muchas veces à la muerte. Costumbre inhumana, costumbre de funestos efectos en el infante y en la própia madre. Su salud y la del fruto que ha dado al mundo, son igualmente interesadas en que lo lacte ella misma. Debe pues considerarse èste asunto de parte de la madre, y de la del infante. De parte de la madre, los riesgos à que se expone de no lactár, y ventajas de que se priva. De parte del hijo, la injustícia que se le hace privandolo de un derecho que le da la misma naturaleza, y perjuicios que se le siguen, de todo lo qual trataré por su orden.

Qual-

Qualquiera conoce facilmente las graves indisposiciones à que se exponen las madres que no lactan à sus própios hijos, pues como la naturaleza prepara y dispone todo el mecanísmo animál de la madre para criar à su hijo, no lográndose èste fin, es necesario que en la madre se trastorne todo el obrár de la naturaleza, y èste trastorno no puede suceder sin gran detrimento de la salud de la madre.

Riesgos à que se expone la madre que no lacta su própio hijo.

La experiéncia enseña y la misma razon dicta que quando se ponen obstáculos è impedimentos à la salida de la leche, debe èsta ser deprimida y devuelta al corazon por las venas sanguínas, lo que ha de producir necesariamente contracciones en el corazon, y una fiébre que las expone à accidentes terribles. La leche derramada, el delírio, el frenesí, las convulsiones, inflamaciones, abscesos, depósitos de leche son los males que las amenazan. La leche abunda, se une y espesa en los pechos: por su abundancia excíta dolores en ellos y causa inflamaciones: por su detencion se descompone y da lugar à abscesos: por su espesura obstruye los vasos linfáticos y hace las glándulas duras y esquirrosas, y es fácil hacerlas degenerár en cáncer.

„ Las plantas, dice Hervas (tom. 1. pag. 212), tienen sus tiempos en que debiendo dar à luz sus frutos, se disponen naturalmente à la expulsion de humóres, resinas &c., y à la produccion de las hojas y de otras cosas necesárias para la conservacion y maduréz de los frutos: y si en estas circunstancias se pusiera algun impedimento al orden regulár de la vegetacion de las plantas, perecerían èstas ò sus frutos; y si no perecían los frutos, no llegarían à maduréz, y las plantas quedarían endebles y quizá estériles. Estos efectos (con proporcion de-

debida) suceden en las madres y sus hijos.“

No es decir que algunas mugeres por accidentes particulares no se hallen imposibilitadas à lactár sus hijos, como sucede ò por falta de suficiente cantidad de leche, ò por una enfermedad habituál ò de una naturaleza maligna que las dispensa; pero èstos casos son raros y menos freqüentes de los que se hacen aparecer tales: por el contrario hay enfermedades à que están sujetas las mugeres, y de que se libertan por el mismo uso de lactár, que fortifica comunmente la constitucion mas delicada. Está observado que una Madre mientras lacta à su hijo, tiene la téz mas clara y mas lustrosa, el carácter mas abierto y mas igüalmente alegre, mas vivacidad en todo lo que hace, y generalmente mas fuerza que en todo otro tiempo.

Se ha observado tambien otra cosa digna de atencion, y es que se ve morir muy pocas mugeres mientras que lactan, asi como se advierte que mueren pocas embarazadas de enfermedad. Parece que la muerte respeta el seno, à que adhiere ò de que depende el infantito. Lo cierto es que la experiéncia acredita que las que no crian à sus hijos perecen mas facilmente que las que los crian, y de las que no perecen quedan muchas con indisposiciones que duran por años, y aún por toda la vida. „ Si en las Ciudades grandes, dice Hervas, se publicára todos los años nota exâcta de las muertes y enfermedades graves en los sobrepartos con distincion de la clase y circunstáncias de las personas que morían, no dudo que èsta noticia serviría mucho para desarraygar la costumbre perniciosa de las Amas de leche.“

Comunmente son las mugeres del gran mundo las que se excusan de dàr el pecho al infante que han llevado

en

en sus entrañas, alegando la debilidad de su complexîon; y precisamente son ellas las que deberían lactár principalmente por las mismas razones de que se sirven para dispensarse. Una muger que no lacta debe esperar tener un niño cada año, lo que debilita y agota su temperamento y le acarréa antes de tiempo las enfermedades de la vejéz; y por el contrario la que lacta tiene el interválo de un año ò mas, en cuyo tiempo puede adquirir nuevas fuerzas, y repararse de lo que haya perdido y debilitádose en el tiempo del embarazo y del parto. Apenas han convalecido del parto quando ya vuelven à hacerse embarazadas, y su temperamento padece mas de tantos partos que se suceden con freqüencia, que lo que padecerían si lactásen.

Reflexîonen pues las mugeres la equivocacion en que están de que se desmejóran y pierden su lustre por lactár à sus hijos, además de las enfermedades habituáles que las resultan de no lactár, que regularmente las indisponen y hacen poco sanas para toda la vida: de suerte que aún prescindiendo de las grandes ventajas que se siguen à sus hijos de ser lactádos por sus própias madres, debian lactárlos por su própio interés, para no exponerse à los accidentes que les resultan de no hacerlo. Se ve freqüentemente que algunas Señoras endebles y valetudinárias se han puesto sanas y robustas criando à sus hijos, y han conseguido la ventaja de recuperár su salud perdida.

No debo tampoco omitír el placér puro è inocente de que se priva una madre que rehusa dar el pecho à sus hijos. Es fácil de advertir que las madres tienen mas cariño y ternúra à aquellos hijos que han lactádo ellas mismas, que à los que han sido criados por otras. Sea

qualesquiera la causa, el hecho es cierto, y no lo es menos el que èste cariño y adhesion es el origen de muchas mociónes tiernas y deliciósas de parte de la madre, à las quales corresponde el hijo por una especie de simpatía. Digan las mugeres que lactan à sus hijos el gusto, alegría y diversion tan contínua que experimentan en los cariños recíprocos de madre à hijo y de hijo à madre. Si hablan con ingenuidad, han de confesar que es el tiempo mas delicióso de su vida: y que por consiguiente no pierden nada en privarse por algunos ratos de las diversiones y recreaciones públicas, las que quedan bien recompensadas con el deleyte puro, inocente y sin iguál que experimentan con sus hijos.

Las madres son muy zelosas de los cariños de sus hijos, lo que debería tambien servirles de motivo para no confiarlos jamás à una nodriza. Es muy comun ver à un infante partir su amor entre su madre y su nodriza: lo mas regular es tener èsta la preferencia, à lo menos hasta cierta edad, especialmente si ella ha tenino para con su encargado todas las atenciones necesárias. Es fácil observar que el niño mismo mira la afeccion para con sus padres como un favór ò un acto de atencion, y para con su nodriza lo mira como una obligacion. Y à la verdad ¿los afectos cariñosos de un infante no son la justa recompensa de los tiernos cuidados de una madre?

Injusti-
a que
hace
infante
ri van-
olo de

Por otra parte ¿qué agravio no se hace à un tierno infante privandolo del alimento natural que le está preparado en el pecho de la madre, y precisandolo à mamár de la leche de una muger de una edad, de un temperamento y de un carácter diferentes de la edad,

del

del temperamento y del carácter de su madre? ¿Estas nodrizas tienen jamás para sus hijos de leche una ternura verdaderamente maternal? La madre sola es capáz de los exquisitos cuidados que exîge la imbecilidad de la primera infáncia.

un derecho que le da la misma naturaleza.

„ ¿Quien podrá tener al infante, dice Hervas, el amor y ternura iguál à la de la madre que le concibió, le llevó tanto tiempo en su seno como parte própia, y à costa del mayor dolór y aún peligro de perder la vida logró el darsela à èl y gozar de su amable vista y compañia? Una tal prenda que tanto la cuesta, llama y arrastra tras de sí todos los cuidados y desvelos. Apenas se encontrará madre à quien la primera vista de su hijo no arrebate sensiblemente al mayor exceso de ternura. Este movimiento è impresion no es casualidad, es efecto necesário de la naturaleza, es acto indeliberado del espíritu, que nos anuncia la suma importancia en cuidár, conservár y educár bien al hombre venido al mundo. Mas èstos estímulos de la naturaleza serán vanos, si los padres monstrandose insensibles à su eficácia è influxo, no procuran para el hijo à quien dieron el sér, la conservacion de la vida y todo el bien corporal y temporal que le pueden dar. Si los padres diéran oídos à estos gritos de la naturaleza, no sacrificarían con tanta facilidad la sanidad y aún la vida de sus hijos, abandonandolos à personas extrañas en aquel tiempo en que como tiernas plantas necesitan mas de aquel cuidado, que solamente puede inspirár el amor de los que le engendraron. ¿Quién creeria ver ahogado entre los hombres aquel impulso natural que las mismas fieras experimentan para no abandonar à sus hijos? ¿Quién ha visto jamás que una fiera abandone

su hijo? Antes bien ¿quién no admira el furór con que expone su vida, y la da porque no le quiten el hijo? ¿Quién no admira que las béstias mansas se hacen feróces despues que paren para defender sus hijos?"

Es verdad que se encuentran nodrizas que toman naturalmente sentimientos de madre para con los infantes que les han sido confiados. Este es un resorte que lá naturaleza misma se ha procurado contra nuestra imprudencia: sin èsto moriría aún mucho mayor número entre sus manos. ¿Pero todas las nodrizas hacen por ventura el oficio de verdaderas madres para con sus hijos de leche, especialmente en las Ciudades grandes en donde la depravacion de las costumbres y el desprecio de las leyes sagradas de la naturaleza, que hacen que las mugeres de las primeras clases falten à sus obligaciones, han penetrado hasta las condiciones mas baxas? ¿Se debe esperár de una Ama mercenaria y asalariada lo que la naturaleza no ha podido lográr de la ternura maternal? ¿Una muger que por una poca de plata se priva de su própio hijo, está bien dispuesta à cuidar como conviene del ageno? La plata hace hacér muchas cosas, convengo en ello, pero la plata no da sentimientos. Una nodriza puede adquirir por grados alguna parte del cariño y ternura de una madre; pero será efecto del hábito y de la costumbre de tenerlo entre sus brazos, y el infante perece muchas veces antes que se forme la costumbre ò el tal hábito.

Perjuicios que se siguen al infante que no es lactado por su própia madre

Además la muchedumbre de enfermedades epidémicas que acostumbra à padecer el pueblo en las Ciudades, y especialmente las mugeres, es un poderoso motivo para no confiarles los infantitos. Freqüentemente les resultan tristes y fatales conseqüencias: ellos maman el mal con

la

la leche, y se les ve perecér, y si no fallecen prontamente, queda viciada su sangre y lo padecen toda la vida.

„ Y aún quando la leche de la nodriza sea de por sí buena, ninguna puede ser tan apropósito como la de la madre, dice Buffon, porque el feto se alimenta en la matriz de un líquido que es muy semejante à la leche que se forma en los pechos, y así el infante está ya acostumbrado, digamoslo así, à la leche de su madre, en lugar de que la leche de qualquiera otra es un nuevo alimento para èl, y algunas veces muy diferente del primero, y al qual no se puede acostumbrar, pues se ven muchos niños que no pueden acomodarse à la leche de várias mugeres, y que se enflaquecen con ella, y se ponen débiles y enfermos.“

Por el contrario nacen comunmente sanos aún de las madres que suelen estár enfermas, lo que prueba llegarán à ser mas sanos y robustos si continúan en alimentarse con un xugo de la misma naturaleza y temperatura que aquel con que se alimentaron en el seno materno. „ Es siempre la mejor, dice Luis Mercado (lib. de puerorum educatione, custodia, & providentia cap. 11), la leche de la madre aùnque no sea por su naturaleza la mas sana y escogida, ni esté adornada de todas las calidades, y así aúnque la leche de otra nodriza sea de mejor sustáncia y temperatura, no le es tan conveniente como la de su própia madre.“

„ La planta que nace bien en un terreno, dice Hervas, ¿ se podrá mudar à otro terreno (de clima quizá diferente) sin peligro de perecer? ¿La planta que ha nacido con el rocío del cielo crecerá bien con el agua con que la riega el hortelano? La madre es el terreno y el

cli-

clima própio de su hijo, su leche es el rocío natural de èsta tierna planta: el Ama de leche es terreno y clima diverso, su leche no es el rocío natural, sino agua de pozos impuros. La madre respecto de su hijo se distingue tanto del Ama de leche como la naturaleza del arte." Aúnque veamos muchas veces que una planta crece y se nutre bien trasplantada à otro terreno; à lo menos es cierto que el trasplantarla à otro sin saber si la sustancia de la tierra es de diferente calidad y temperamento, y si está ò no tan bien acondicionada como la en que se crió, es muy expuesto y peligroso: y èsto necesariamente sucede quando se entrega el hijo própio à otra muger para que lo lacte y alimente.

Finalmente hágase el cotejo que dice Hervas de 100 infantes de personas acomodadas, de los quales 50 se crien por sus própias madres, y los otros 50 por Amas de leche, y se hallará ser notablemente mayor la mortandad de los infantes que se críen por Amas de leche: y asímismo se observará ser mayor la mortandad de las madres que no los crían; y quando la mortandad de las madres no sea mayor, es indubitable que tales madres quedarán muy achacósas. Igüalmente se podrá observar que en los casos de dicho cotéjo las madres que crían à sus hijos, tiénen la satisfaccion de ver mayor número de hijos en edad crecida, que las madres que no los crían por sí mismas; lo que se verifica aùnque èstas tengan muchos mas partos.

Son pues muchas y muy poderosas las razones que demuéstran los graves perjuicios que se siguen à la salud y vida así de las madres como de los infantes de no lactárlos sus própias madres, y de este princípio dimána

mána tambien como una de las principales causas el ser muchos mas los infantes que mueren en el primer mes y primer año de su vida, que los que mueren despues, como vimos en la primera parte.

Pero en vano se manifiestan las grandes ventajas que se siguen de lactár las madres sus própios hijos, y los graves perjuicios que à ellas y à sus hijos resultan de lo contrário. En vano vocéa la naturaleza: lo que introduxo el vicio se ha hecho costumbre autorizada; bien que ya ha penetrado hasta las clases inferiores con escándalo de la humanidad. Basta que el desorden de las mugeres alegue y finja las mas veces frívolos pretextos de su debilidad, falta de sueño, inapetencia, el tener poca leche ù otras excusas, para que se halle algun facultativo que tenga una condescendéncia criminal sin exâminar la verdad de lo que alegan, y procure complacerlas y darlas gusto por motivos políticos ò de sus intereses particulares. Conseguido tan fácilmente el dictamen del facultativo, se obtiene ò por mejor decir se fuerza el consentimiento del marido, que à su despecho y quizá con conocimiento de los perjuicios que resultan à la madre y al hijo, y de contado à sus mismos intereses, se ve obligado à condescendér por el bien de la paz.

Medíten pues y reflexiónen estos facultativos ignorantes ò aduladores los graves daños que ocasionan al público y à la humanidad, si condescienden por lisonja siendo traidores à su ministério, ò si proceden por meras especulaciones en un asunto tan grave en que solamente los debe gobernár la experiéncia y razones muy fundadas. Los padres de familia estudien tambien sus obligaciones para con sus hijos, las quales, puedo yo decir

cir como Hervas, he indicado como filósofo, sin probarlas con otras nuevas razones como theólogo, porque conozco que quien desprecia los impulsos naturales, no hará caso de los de su conciéncia.

Sin embargo todas las razones fisicas, morales y políticas, que demuestran la obligacion y ventajas de criár las madres à sus hijos, pueden así los facultativos como los padres de família verlas reunidas con las principales reglas para criar à los niños de teta en la obra intitulada: *Perjuicios que acarréan al género humano y al Estado las madres que rehusan criar à sus hijos*, publicada en Madrid en 1786 por el Dr. D. Jayme Bonells, cuyas razones han persuadido de modo hasta las madres que mas se desdeñaban de criar, que acabo de saber con mucha satisfaccion mia, que despues de la publicacion de esta obra, aún entre las Señoras mas ilustres de la Corte se ha hecho ya moda el criar las madres à sus hijos. Tanto puede la razon apoyada de la experiéncia.

§. V.

De las Amas de leche.

En los casos en que real y efectivamente se imposibilita la madre para lactár à su hijo, se debe pensar sériamente en la eleccion de una buena Ama de leche. „ Todo el mundo sabe, dice Buffon, quanto importa para la salud de los infantes escogér buenas nodrizas. Es absolutamente necesário que séan sanas y robustas: no se ve otra cosa que exemplares de la comunicacion recíproca de ciertas enfermedades de la nodriza al infante y del infante à la nodriza, y se han visto pueblos en-

te-

teros en los quales todos los habitantes han sido infectados del mal venéreo, que algunas Amas enfermas habian comunicado, por haberles dado otras mugeres sus hijos à lactár."

Para mayor claridad trataré separadamente, primero de las circunstancias y prendas que debe tener el Ama de leche ò la nodriza, segundo de las buenas calidades de su leche, y ultimamente de la conducta ò género de vida que debe observar, y especie de alimento que le conviene.

Circunstancias que deben tener las nodrizas.

1.ª Que sea enteramente sana y libre no solamente del mal venéreo sino de epilépsia, lepra, sarna, tiña ò alopécia, pues comunicaria con la leche al infante la semilla y origen de muchos males.

2.ª Que no esté casada ni lo haya estado con hombre mal sano ò enfermizo, aunque ella aparezca à primera vista sana y robusta.

3.ª Que no sea muy gruesa ni muy flaca, porque la flaca por su debilidad, y la muy gruesa porque convierte casi todo su alimento en gordura, engendran poca leche.

4.ª Que sea de pecho ancho, y de pechos medianos, y tambien los pezones de ellos, porque los muy grandes ofenden la léngua y el paladár del infante, y los muy pequeños apenas los pueden coger para mamár.

5.ª Que los conductos ò canales de los pezones por donde sale la leche, no sean cavernosos y muy abiertos, pues no es conveniente al infante salga de golpe con mucha abundáncia la leche, y segun Mercado puede sufocarse por este motivo, ni tampoco muy estrechos que precisen al infante à hacer demasiada fuerza para mamár, lo que escandece el paladár, y algunas veces

por la fatiga que experimentan dexan de mamár sin estar suficientemente alimentados.

6.ª Que no tengan los pechos arrugados, que denotan debilidad è intempérie seca, ni mucho calor en ellos, lo que manifiesta que disipan mucha sangre, ni mucha frialdad, que es señal de que no pueden engendrar leche en abundáncia.

7.ª Que no tengan menos de 20 años ni mas de 35: en quanto à lo primero, aúnque de menos edad sean à propósito para criar sus própios hijos, no lo son para los agenos, porque su leche es aun cruda y de difícil digestion. Respecto à lo segundo porque las mas veces engendrará la leche viciada con algun defecto.

8.ª Que sea de buen color ni muy blanca ni roxa: Mr. Betzki (Reglamentos para la educacion física de los niños) dice que no se admitan las de pelo roxo por ser su temperamento contrário à la salud y humores de una criatúra.

9.ª Que sean de buen temperamento y humores templados, y natural alegre è igual: es decir, que no sean perezosas, coléricas, vehementes en las pasiones, demasiadamente alegres, ni tristes en exceso; sino modestas, humildes, sóbrias y límpias, especialmente que no sean estólidas: en fin templadas y moderadas en sus acciones, porque como las causas físicas de las pasiones tienen sus raíces en los humóres, y la leche lleva en sí la sustáncia de èstos, se comunican al infante que la recibe haciéndose del temperamento del Ama, por lo que es preciso cerciorarse mucho de las buenas costumbres del Ama. La muger mas sana y de mejor leche con un acto de cólera grande es capáz de viciár toda su leche, por cuyo motivo las Amas deben estár instruidas de no

dar

dar de mamár quando han tenido sustos grandes ò motivos de desazón, ò sienten otros efectos de pasiones vehementes y desregladas. Los Athenientes buscaban à las Espartanas por su robustéz, agilidad y frugalídad, que las hacian sanas, alegres y festivas. Betzki dice que para conocer si las Amas son sanas, de humór alegre, ágiles y robustas, se ha de observar que tengan las encías encarnadas y los dientes blancos.

10.ª Que no haya abortado, pues dice Mercado que engendrará la leche de mil maneras viciosa è imperfecta, y mucho menos que tenga costumbre de abortar, lo que es peór que si hubiese abortado una vez sola. Dice que por el aborto la sangre viciada acostumbra ir à los pechos, y produce en ellos vício ò intempérie, por lo que es preciso se vicie la leche.

11.ª Que no sea de primer parto, ni haya tenido pasados de seis. (Mercado)

12.ª Que si tienen hijos, sean sanos, vivos y robustos.

13.ª Que se prefiéra la del campo à la de la Ciudad, y esté acostumbrada à freqüente exercicio de brazos, pues la leche tendrá menos heces y superfluidades, toda será sana y de sustáncia. (Mercado)

14.ª Debe ser en quanto sea posible su carácter semejante al de la madre, porque es necesario seguir el orden de la naturaleza, por cuya razon convendrá tambien que si la madre es joven lo sea tambien el Ama.

15.ª Por la razon dicha debería tambien ser mas del caso para Ama de varon la que hubiese parido varon, y para Ama de muger la que hubiera parido muger, de cuyo dictamen es Hervas, aúnque advierte que los físicos en los dos casos créen que es mejor la leche de la que ha parido varon; pero en esta circunstancia me

persuádo que se debería reparár poco si por otra parte el Ama fuese de buena salud, buena constitucion y temperamento, y buenas costumbres, cuyas calidades deben anteponerse mucho à èstà.

rcuns- cias y dades la le- bue-

1.ª Aúnque la leche de la madre sea siempre la mejor para su própio hijo aúnque no sea por su naturaleza la mas buena, la del Ama debe constar de todas las prendas que sea posible, y qualquiera que le falte será de perjuicio al infante: de lo que infiere Mercado que puede una muger ser muy apropósito para lactár à su hijo y mostrarlo muy sano, robusto, de buen colór y hermoso, y no ser del caso para lactár al ageno.

2.ª Que tenga la leche fresca, si puede ser del primer mes despues de parida, especialmente si se le da para empezarlo à criar, porque la naturaleza en la madre proporciona la calidad de la leche segun la edad del infante, y por tanto exîge que se asemeje todo lo posible la del Ama. Si al recien-nacido no se le da reciente, no la puede digerír.

3.ª Que sea abundante, de buen gusto y olór como todo otro nutrimento. El olór manifiesta si la leche es fétida ò corrompida, y el gusto si es amarga, ácida ò insípida.

4.ª Que sea muy blanca, porque se engendra dice Mercado por glándulas muy blancas, y así si no lo es, lo ha causado algun vício. Aúnque en otras circunstancias, prosigue, basta una medianía, el colór es menester que sea blanco en extremo, aúnque lo repruebe Avicena fundado en que la leche muy blanca se asemeja à la pitúita; en lo que padece equivocacion, porque la leche debe aventajar en blancura à la pitúita, y cita à Galeno lib. de san. tu. cap. 9., que establece

que

que la leche debe ser muy blanca. Advierte no obstante que se incluye ò no debe reprobarse el colór de cielo, el qual dixo Aristóteles lib. 3. de hist. anim. cap. 21. que era el mejor, cuya opinion siguen muchos Autores. Pero todo otro colór es malo porque prueba superabundancia de algun humór, ò algun otro vício peór.

5.ª Advierte Mercado que no se incurra en el errór de darle leche pitúitosa al infante bilioso con la mirá de reducír ò corregir su bílis, ni al contrario, porque resultaria el exponerlo à enfermedades complicadas, que sería peor: y la edad y debilidad del infante no están aún en disposicion de sufrir estas contrariedades.

6.ª Para averigüar si la leche está depravada de humóres malos en la nodriza, y quales sean èstos, Aécio prescribe, y es experiencia de la antigüedad, el moxár un paño de lienzo en la leche y secarlo à la sombra, con lo que se descubrirá quanto dista de su verdadero colór, y si su vicio es de bílis, ò de pitúita, ò de melancolía.

7.ª No sea muy crasa ni muy ténue ò delgada: la crasa es de dificil digéstion y la mas expuesta à producir epilépsia: la ténue tiene poca sustáncia nutritiva y ocasiona extenuacion. Debe pues ser média, y èsto se advierte facilmente con la freqüente experiéncia de echarla sobre la uña.

8.ª No debe ser tampoco desigual: esto es que se observe en parte gruesa ò crasa, y en parte serósa ò ténue, porque entonces es cruda.

9.ª No sea espumósa, lo que se nota claramente quando la parte serósa está separada de las demás, y es muy malo porque entonces mama el infante la serósa, y despues mezcla la otra, y no la digiére sino dificil y desigüalmente.

10.ª

10.ª Se ha de observar que recibida la leche en la mano, ni la caliente ni la enfríe, de lo que resulta ser de una tempérie média qual debe ser.

11.ª La leche materna, aúnque sea desigüal, serósa, crasa, ò viciada de superabundáncia de algun humór, ù otra depravacion en la madre, alimenta y nútre bien al hijo própio.

Se ha de advertir que ocurre muchas veces ser buena y de excelentes calidades la leche de la nodriza quando se recibe ò admite, y viciarse despues mientras está lactando, haciéndose mas crasa ò ténue de lo que era, ácida, amarga ò insípida, ò disminuyendose y faltándole al infante la necesaria, cuyos vicios manifiestan varias veces los mismos infantes rehusando el pecho, y quando la necesidad los obliga à tomarlo, suelen dexarlo luego con inquietud y con llanto. Esto acostumbra à resultar de la nutricion del alimento en el Ama, del diverso género de vida, de la falta del exercicio acostumbrado, y otras acciones en su conducta diferentes de aquellas à que estaba acostumbrada. Para evitar estos daños se observarán las reglas siguientes.

Género vida e debe servár Ama leche espécie ali- ento ae le nviene.

1.ª La nodriza continuará en todas sus acciones de vida ordinárias.

2.ª Continuará asimismo el mismo género de alimentos à que estaba acostumbrada.

3.ª Usará de las mismas agüas, y si es posible debe continuár en respirar los mismos ayres.

Estas tres adverténcias las dicta la razon y confirma la experiéncia, porque el pasár de una vida activa à una vida sedentária, del ayre libre y puro del campo al ayre espeso y cerrado de las Ciudades, de un alimento frugál reducido casi enteramente à leche y vegetables à

un

un sustento mas fuerte, como v. gr. à la carne de animales y quizá con mucha abundancia, del uso de agüa pura al de licóres fermentados, ocasiona graves perjuícios en el infante y aún en la nodriza.

Con esto parece decidida la duda si conviene que el Ama lacte en su própia casa ò en la de la madre, pues al niño no le perjudica, ò por mejor decir no se verifica en èl porque vaya à la casa del Ama la mutacion de ayres, alimentos, &c. como puede perjudicár al Ama. Convengo en que èsto se halla tambien sujeto à otros inconvenientes relativos al trato y cuidado de los infantes; pero las freqüentes visitas de sus padres y observacion contínua podrán evitár los principales perjuicios à que los expone el destierro de la casa própia.

Adviertase tambien que el usár la nodriza de alimentos mas sustanciosos y con mucha mas freqüencia de lo que acostumbraba, además de las alteraciones que puede sufrír la leche, es tambien un defecto que causa graves perjuicios por la excesiva abundancia de ella, que ocasiona el demasiado alimento, porque si el infante no la puede mamár toda, resultan no raras veces tumóres, ò se hace queso dentro del pecho y se corrompe: las inflamaciones en los pechos producen fiebres y delírios: y si la mama toda, como no puede digerirla, se encrudece, y se siguen diarréas, indigestiones, epilépsia y otros mil males que regularmente producen la muerte del infante. Si proviene èsta excesiva abundancia de que el Ama come mas de lo acostumbrado, la medicina es la abstinencia, y uso de alimentos de menos sustancia, y añadir el exercicio ò andár mucho. Una de dos, ò disminuir las causas que engendran la leche ò sangrías. Es un error la persúasion casi general de

que

que las Amas deben comér mucho y de mucha sustancia, de suerte que hay infinitos padres y madres que reducen à èsto casi todo el cuidado de sus hijos, verificándose muchas veces por estos excesos de las Amas su fallecimiento.

4.ª Téngase tambien mucho cuidado en que no use el Ama malos alimentos, y particularmente mucho vino ni licóres fuertes, y de èstos aúnque los hubiese usado, porque dañan mucho al infantito.

5.ª Tambien quiere Mercado que no beba mucha agüa aún en las comidas porque se hace la leche mas cruda y aqüosa.

6.ª Que en el desayuno por la mañana no coma carnes, à no ser que sea de estómago muy robusto y lo tenga acostumbrado, ò precise à ello el que mame mucho el infante.

7.ª Que no meriende sino à lo mas un poco de dulce sin beber mucha agua.

8.ª Que no duerma mientras mama el niño pues podría sufocarse.

9.ª Mr. Betzki previene que la nodriza no debe dar el pecho al infante estando en la cama, sino que debe levantarse para darle de mamár, porque en la cama se respira un ayre caliente y rarefacto que precisa al infante à hacer muchos esfuerzos para atraér la leche.

10.ª Préservese sobre todo, encarga Mercado, de las pasiones del ánimo que vician mucho la leche, pues de la ira, tristeza &c. se alteran facilmente la sangre y los humóres.

Advierte Buffon que si se nota que el infante con la leche del Ama se enflaquece, se debilita ò enferma, es necesario buscar presto otra Ama porque es cosa ma-

ní-

nifiesta que no le prueba bien; y si no se executa al instante que se observa èsto, perecerá el niño en poco tiempo. Lo mismo encarga Mercado quando se observa que se disminuye la leche, ò que se ha depravado por qualquiera de las causas indicadas, pues es mas fácil, dice, mudár de Ama que mudarle à ella el temperamento: y hablando de la nodriza à quien estando lactándo ocurre la revolucion mensuál, dice: „ni vale lo que dicen algunos, que sería mas dañoso al infante la mutacion de leche en otra Ama: porque en el caso de nueva Ama no hay sino una mutacion, y en el otro la habria cada mes, lo que es mas malo, y asi debe aconsejarse la mutacion de nueva Ama." Sin embargo se hallan muchas mugeres, à quienes por su complexîon les ocurre todos los meses aunque estén criando, en cuyo caso no debe mirarse como contrária à las buenas calidades de la leche, ni tampoco à su abundancia, si la menstruacion es arreglada y natural.

Sería ocioso detenerme en prescribir los médios de corregir la leche de la nodriza si se ha depravado, y de procurar su aumento si se ha disminuido, ò de disminuirla en el caso de la excesiva abundancia. Déxese èsto para los facultativos.

Se han hecho algunos ensayos para criar à los infantes con leche de cabras, ovejas ò vacas; pero sola una extrema necesidad puede justificár el procedimiento de darles la leche sacada antes de los pechos, el qual no se debe usár aun quando se les diere la leche de la madre, que por algun motivo se hallase imposibilitada à darle el pecho, y tubiese no obstante buena leche: porque la accion de mamár en los infantes tiene los efectos de la masticacion en la edad mas adelantada: ella

ocasíona en la boca una secrecion de saliva, que se mezcla intimamente à la leche y la hace de mas fácil digestion, y proporcionada à la debilidad del estómago. Además la leche tomada en los pechos de la madre tiene un justo grado de calór, que pierde luego que sale de ellos.

Pero en el caso preciso de faltar leche buena de muger y no haber arbítrio para encontrarla, ò de temerse algun grave detrimento à las madres ò nodrizas de parte del infante, se le podrá dar, „no la leche sacada de los pechos de otros animales, sino el pecho mismo del animal, dice Buffon, à fin de que recibiese la leche en un grado de calór siempre igual y conveniente: y especialmente à fin de que su própia saliva se mezcle con la leche para facilitár la digestion por medio de la accion de mamár, porque los músculos que están entonces en movimiento, hacén destilár la saliva por las glándulas y demás vasos.“

De esta manera debe entenderse la adverténcia de Mr. Betzki, que previène vale mas alimentár à los infantes con buena leche de cabra y de vaca que con la de muger mal acondicionada.

§. VI.

Faxas del recien-nacido.

„La piel del infante que acaba de nacér es muy fina, dice Buffon: ella aparece roxa en virtud de que por su transparéncia se nota un matíz débil del color de la sangre: de lo que se ha originado la opinion común, que los infantitos que tienen la piel mas roxa al nacér,

son

son los que la tienen despues mas bella y mas blanca.“ Todos sus miembros como se ha dicho son sumamente tiernos y flexibles, de suerte que toda la máquina corporal del niño es tan delicada que la menor violéncia basta para desconcertar su disposicion y la economía digestiva y animál.

Esto no obstante, desde luego que nacen se lían y atan con faxas sus miembros tan estrechamente como si fueran de piedra ò leño, sin reparar en que la opresion de las faxas puede dañarle la tabla del pecho, torcerle una costilla, estirarle demasiado algun nérvio ò causarle otro mal semejante. Lo peór es que para apretarlos así se pretexta el que no se rompa algun hueso, ò se desconcierte con sus movimientos por ser tan tierno, y no se reflexióna que el método comun de faxarlos es bastante por si solo para desconcertarles y torcerles todos los huésos.

La alegría que los mismos infantes manifiestan quando se les liberta de esta prision y tórtura para mudarles los pañales, moviéndose con regocijo, manoteando, y dando saltos y risos, da bien à entendér quan mortificados estaban con la opresion de las faxas, y la crueldad y inhumanidad que se exerce con ellòs teniéndolos aprisionados y engarrotados dia y noche: y los llantos y gemidos que se observa en ellos quando se les envuelve de nuevo, muestran la violéncia que sufre la naturaleza.

Esta opresion es tambien la primera causa de las muchas deformidades corporales que aféan à muchas personas. Todos ò los mas que se hacen gibosos, lo son por èste motivo: la deformidad no es conocida sino de los pueblos civilizados, lo que prueba que es obra del

arte y no de la naturaleza. No se vé cuerpos deformes entre los salvages : su fuerza , su agilidad y sus bellas proporciones son efecto de criarse con soltura y libertad , al ayre puro, y casi desnudos. Los Siamítas, los Lapónes, los Indios, los Negros, los Salvages del Canadá, de la Virgínia , del Brasíl , y la mayor parte de la América meridionál no faxan à sus hijos: los acuestan en una especie de cuna grande cubierta de pieles, en donde gozan del libre uso de todos sus miembros. Esta práctica les produce la ventaja que à los dos ò tres meses èstos infantes tienen bastante fuerza para salir de la cuna apoyandose sobre sus manos y sus rodillas, y ensayandose así poco à poco à andár, caminan solos con mucha anticipacion à los Européos.

Es casi imposible el faxar à un niño à nuestro método sin hacerlo gritár , porque se le atormentan y aprietan sus miembros. Los esfuerzos contínuos que èl hace para librarse de la opresion son tambien una causa de la deformidad. Además la fuerza de las partes interiores que naturalmente se dirige à crecer y desenvolverse , encuentra un obstáculo que no puede vencer, y que impide la extension de las partes exterióres que deben prestarse para el acrecentamiento de las otras. El infante hace continuamente inútiles esfuerzos ; pero se agota en pura pérdida: el progreso de su crecimiento se retarda y muchas veces se impide.

Las faxaduras estrechas violentan tambien la respiracion , impiden la libre circulacion de la sangre , turban el orden natural de las evacuaciones , y hechan à perder de muchas maneras el temperamento de los infantes. Acostados en sus cunas, rodeádos de las multiplicadas vueltas de sus faxas, no tienen la libertad de se-

guir

guir el instinto de la naturaleza, que los conduce à ponerse en una situacion favorable para arrojár los humóres supérfluos que les vienen à la boca. Estos humóres retroceden al estómago y producen funestos efectos, especialmente en el tiempo de salír los dientes, porque entonces se hace una secrecion ò evacuacion mas copiosa de este flúido.

Otro inconveniente del método actual de faxar à los niños es impedirles toda accion natural y todo exercicio favorable y própio à darles fuerza y vigór. ¿Qué exercicio ni movimiento han de tener ni procurarse en la situacion en que los ponen? Pero se replica que si se dexase al infante en toda libertad, se volvería y revolvería demasiado, y daría à sus miembros posturas poco naturales capaces de producir en èl deformidad; pero no hay nada que temér en esta parte. Es muy dificil que puedan dañarse por los movimientos que ellos mismos executan voluntariamente: su debilidad natural les impide moverse con una violéncia que sea suficiente para herirse, fuera de que toda situacion viciósa y contra la naturaleza es dolorosa: y siempre que sucediese que un niño volviendo y meneandose tomáse una postura que le fuese contrária, el dolór mismo lo advertiría de volverse y mudar de situacion: y sobre todo deben cesar las disputas quando una experiéncia constante lo acredita. En todos los países en los quales estas precauciones que nosotros tomamos son desechadas como supérfluas y perjudiciales, los niños son mas robustos y mejor formados que entre nosotros. Lowre en la História del Reyno de Siám dice: „ Todos los Siamitas tienen cuerpos bien formados, lo que atribuyo principalmente al uso de no faxár los infantes.“ „ Las

Amas

Amas de leche Espartanas, dice Plutarco (vida de Licurgo) criaban los niños sin faxarlos, y por èsto tenían sus miembros perfectos ò bien formados."

En Italia en donde se ha mejorado y adelantado de poco tiempo à esta parte la educacion física de los infantes mas que en ningun otro país de Eurôpa, se va desterrando el método cruél de faxár estrechamente à los niños con grande beneficio y ventajas de su robustéz y crecimiento. D. Francisco Asso Presbítero que acaba de venir de Italia, me ha asegurado como testigo de vista que son grandes los adelantamientos que se experimentan de algunos años à esta parte, por irse desterrando el método pernicioso de faxár à los niños, habiendo contribuido mucho al desengaño de èsta preocupacion universal en Eurôpa la persuasion y el exemplo del famoso Médico Ludovici residente en Peruggia, insigne Cathedrático de aquella Universidad, Presidente del Colegio de Medicina &c., el qual no permitió faxár à ninguno de sus hijos, que se criaron mucho mas sanos y robustos que los demás. El Dr. Angelo Chochi prescribía el mismo método à todos los que visitaba, y así otros muchos que auxîliados de los buenos efectos, lo han extendido y se va haciendo generál en Italia.

Todos los Autores que han tratado esta materia están de acuerdo sobre lo mucho que perjudica à la salud semejante procedimiento.

„ Locke (tom. 1. cap. 2. de la educacion de los niños) dice que los vestidos de los niños no han de ser jamás estrechos, y mucho menos al rededór del pecho: dexemos à la naturaleza el cuidado de labrar el cuerpo de los niños como le parezca: ella obra con demasiada exâctitud para que nosotros podamos dirigirla. He visto,

añade (pag. 28), tantos exemplares de los niños que han recibido grandes incomodidades por haber sido ajustados demasiado, que no puedo menos de concluir diciendo que hay criaturas tan parecidas à los monos, y tan poco superiores en conocimientos à èstos animáles, que pierden à sus hijos por una pasion insensata, y los sufocan, por decirlo así, abrazándolos fuertemente. Lo que sucede naturalmente à los niños à quienes se hace traér ajustadores fuertes y vestidos muy estrechos, es que se les angosta y reduce el pecho, que la respiracion llega à ser fétida y dificil, y que adquieren enfermedades de pulmón, viniendo por último todos à agobiarse con el tiempo."

Reflexionemos pues quanto mayor ha de ser à proporcion el daño ocasionado por la estrechez y opresion de las faxas en los recien-nacidos que en los mas crecidos, en quienes han tomado ya vigór, solidéz y consisténcia sus huesos, por estár en aquellos mucho mas tiernos, delicados y flexibles sus miembros.

Mr. Buffon declama asimismo contra nuestro método actual. „Apenas, dice, que el infante ha salido del seno de su madre, apenas que ha empezado à gozár de la libertad de moverse y extender sus miembros, se le vuelve à poner en nuevos lazos, se le envuelve de nuevo, se le acüesta fixa la cabeza y separadas las piernas, pendîentes los dos brazos à los dos lados de su cuerpo, rodeádo de mantillas y faxas de toda espécie que no le permiten mudar su situacion: felíz si no se le aprieta hasta el punto de impedirle el respirár, y si se ha tenido la precaucion de acostarle de lado, à fin de que las agüas que debe arrojár por la boca, puedan salirse ellas mismas de por sí, pues no se le dexa la li-

ber-

bertad de volver la cabeza para facilitár el que las despida.“ Refiere en seguida la práctica de los pueblos que no faxan à los infantes y que los acuestan en cunas cubiertas y guarnecidas de pieles, cuyo uso no lo cree sujeto à tantos inconvenientes como el nuestro, porque con nuestro método, dice, no se puede evitár el apretarlos hasta sentir dolór, y los esfuerzos que ellos hacen para desembarazarse, son mas capaces de destruir la configuracion de su cuerpo, que las malas situaciones en que podrían ponerse ellos mismos si estubiesen en libertad. Las faxas, añade, con que se ajustan los pañales, pueden compararse à las cotillas que se hacen traér à las mugeres en su juventud, èsta especie de coraza, èste vestido incómodo que se ha imaginado para sostener el talle è impedir la deformidad, causa mas incomodidades y deformidades que no previene. (1)

Habla en seguida de la inaccion en que los tiene esta práctica y los perjuicios que causa à los infantes, diciendo : „El defecto de exercicio es bastante para retardár el crecimiento de sus miembros y disminuirles la fuerza del cuerpo : por cuyo motivo los infantes que tienen la libertad de mover sus miembros à su arbítrio, se hacen mas fuertes que no los faxados, por lo que los

(1) Debe advertirse que ya se va felizmente desterrando èste método destructór de las cotillas y corsés entre las personas civilizadas de la nacion, y que en la Corte se ven ya muy pocas cotillas, de lo que puede esperarse se verifique lo mismo en las provincias. El médio ùnico y eficáz es el de hacer moda el método que mas conviene à la salud : así sucede con èste, y puede dar ocasion à que se destierren otros abusos no menos dañosos. ¿Por qué no se ha de hacer moda el no faxár estrechamente à las criaturas, de lo que se seguirían aùn mas grandes beneficios y se evitarían mayores daños?

los antigüos Peruvianos dexaban à los infantes libres en unos pañales y mantillas muy anchas: quando los sacaban de ellas los ponian con libertad hasta la mitad de su cuerpo en un agugero hecho en tierra y guarnecido de lienzos: de esta manera podían mover brazos y cabeza, y doblár el cuerpo à su gusto sin caér y sin herirse, y desde que podían dar algun paso les monstraban el pecho de una corta distancia como un presente para obligarlos à andar."

Mr. Betzki en los reglamentos ya citados previene „que nunca se ha de faxár con opresion ni estrechez à las criaturas, à no ser que alguno de sus miembros lo exija por su tortuosidád ò hallarse fuera de su lugar. La fuerza, dice, y el crecimiento del cuerpo dependen igualmente de la calidad sana del alimento, que de la libre circulacion. El recien-nacido, añade, se envolverá en un lienzo seco y suave, al qual se añadirá alguna mantilla ligera de lana que tenga por las orillas una lista de lienzo, para que la lana no ofenda los ojos delicados del niño tierno. (El mismo efecto hace la cinta que comunmente se pone entre nosotros à las orillas de las mantillas). Se le acostará de lado, prosigue, y los bordes de la cuna estarán güarnecidos de lana fina, para que no se dañen las manecitas si llegan à ellos. Tambien previene mas adelante que para dormír no han de estár faxados, y que èste es un abuso muy pernicioso que debe desterrarse del mundo."

Algunos de los innumerables que se hallan, que hablan mucho y piensan poco, y que están siempre dispuestos à oponerse à quanto se escribe en beneficio del público, censurando todas las cosas de novedades ridículas, dirán que no hago sino referir máximas y docu-

mentos de Autores extrangeros que hablan para otras tierras y naciónes, y que cada país tiene sus usos y costumbres, que no deben dexarse porque en otros pueblos y otros climas tengan los suyos diferentes de los nuestros; pero deben advertir que ya hace cerca de 200 años (1) que nuestro insigne y acreditadísimo Profesór de Medicina Luis Mercado encargaba à las nodrizas no olvidasen jamás el cuidado de manejar con mucha suavidad à los niños al tiempo de faxarlos, extendiendo y colocando sus miembros segun la figura mas natural y hermosa, con la menór compresion posible, y con las puntas de los dedos: y que tubiésen preparados los pañales ò mantillas de suerte que sus miembros conservásen siempre su recta estructura, sin tratarlos jamás inconsideradamente, pues por culpa de los que los manejan se deterióra su disposicion y configuracion natural: por cuya razon las personas que los faxan no deben afirmarse jamás sobre su vientre ò pecho à fin de que no se dañen las entrañas, ni pongan al infante boca abaxo, sino que compongan antes los pañales en disposicion de que reciban despues al infante boca arriba y con prontitud, procurando mucho el evitár padezcan nada sus piernas ni brazos, espaldas ni cuello al volverlos: por cuya razon no solamente se ha de poner mucho cuidado al tiempo de envolverlos, sino tambien al acostarlos y ponerlos en la cuna, à fin de que no quede alguna parte torcida ò de mala figura. Cuidarán sobremanera, concluye, de no faxarlos con opresion, porque èsto es causa freqüente de

(1) Lib. de Puer. educ. cust. & prov. impreso en Valladolid año 1611. pag. 18.

de hacerse gibosos ò tenér torcida la espalda. (1)

Además los niños no nacen mas tiernos y delicados en Inglaterra, Francia ni Rusia, en donde han escrito Locke, Betzki y Buffon, que en España: sus miembros no están menos expuestos à los riesgos que ellos manifiestan en sus países que en el nuestro, ni necesítan menos en España para conservar su vida, su salud y perfecta configuracion de la buena circulacion del alimento, de la sangre y de los humóres por todo el cuerpo: y por consiguiente necesítan de los mismos cuidados y la misma diligéncia en el modo de manejarlos y tratarlos.

Debe advertirse que como los infantes son faxados comunmente por personas de poco talento y que nada advierten, los lían y envuelven imperfectamente, sin cuidár como quedan todas las partes y miembros del cuerpo, de lo que se siguen graves perjuicios. El Dr. Francisco Nuñez, Doctor preéminente de la Universidad de Alcalá en su libro del parto humano, impreso en dicha Ciudad año de 1580, cap. 10 dice así: „Empero quando envuelven al infante, y lo ponen en la cuna, débese poner mucha diligencia en que se traten sus miembros con mucho tiento, y muy mansamente, y débense fachár muy bien sus miembros, cada miembro en su lugar, y no confusamente ni à tuertas, y èsto no solamente una vez en el dia pero muchas veces y muchos dias, porque así como en las plantas, quando de nuevo se plantan, de la manera que se guían tuertas ò derechas, del mismo modo se quedan quando han

(1) Item cavebis nimis compresam ligationem, nam sæpe causa est gibbositatis, & dorsi torturæ, loc. cit.

crecido, ansí es en las criaturas recien-nacídas, porque si se fachan bien y derechamente, bien situado cada miembro en su própio sitio, crescen derechamente, y sus miembros se quedan derechos y como deben estár. Empero si las fachan, è ligan tuertas y tolondrónes, de la misma manera van cresciendo acombadas, y atuertas." Y poco despues vuelve à lo mismo diciendo: ,, sobre todo se debe advertír que todos sus miembros se coloquen muy derecha y rectamente, de suerte que ni el pescuezo se tuerza, ni la espalda esté muy alzada, ò tuerta, ò encorvada."

La cosa no puede ser mas manifiesta, pero ¿se quiere saber la causa que sirve para justificár la violéncia cruél que se hace sufrir à èstas inocentes víctimas? Oidla en dos palabras: un înfante en libertad debe ser velado y custodiado incesantemente: quando está atado y engarrotado se le puede dexár en qualquiera rincon y vacár à otras ocupaciones.

RESULTAN LAS SIGUIENTES MAXÎMAS.

1.ª *Que la piel del infante recien-nacido es tan fina y sutíl, sus miembros tan tiernos y flexibles, y toda su máquina corporál tan delicada, que la menór violéncia es bastante para desconcertár su disposicion y toda la economía digestiva y animál.*

2.ª *Que la opresion de las faxas les daña la tabla del pecho y puede torcerles una costilla, estirarles demasiado algun nérvio ò causarles otro mal semejante.*

3.ª *Que el apretarles tan estrechamente las faxas como se suele hacer con el método actuál, puede impedirles la conveniente circulacion de la sangre y aún la libre respi-*

piracion, pues como los vestidos estrechos, especialmente al rededór del pecho lo angostan y reducen, la respiracion llega à ser fétida y dificil: de lo que resultan enfermedades de pulmón, viniendo todos por último à agobiarse con el tiempo.

4.ª *Que èsta opresion de las faxas es tambien la primera causa de las muchas deformidades corporáles que aféan à muchas personas, pues èste es el motivo de los muchos que se hacen gibosos y contrahechos, porque el alimento no circúla con igualdad por todas las partes del cuerpo, de lo que resulta el no crecér todas con la proporcion que exîge la naturaleza: lo que no sucede en los pueblos en los que no se faxan los infantes, entre los quales no se ven cuerpos deformes. Son igualmente necesárias la buena calidad del alimento, y la circulacion de èl por todas las partes del cuerpo.*

5.ª *Que los mismos esfuerzos continuos que los infantes hacen para librarse de la opresion, son tambien una causa de la deformidad.*

6.ª *Que dicha opresion, además de ser contrária à las bellas proporciones del cuerpo, lo es tambien à la fuerza y agilidad de los infantes, pues les impide toda accion naturál y todo exercicio favorable própio à darles fuerza y vigór, por cuyo motivo tardan mucho mas en agilitarse y caminár solos que los de paises en que no los faxan, pues los que tienen la libertad de moverse à su arbitrio se hacen mas fuertes que no los faxados.*

7.ª *Que èste método retarda igualmente y muchas veces impide el progreso à su crecimiento: porque la fuerza de las partes interióres es impedida por las partes exteriores, las quales estrechadas y oprimidas por las faxas, no pueden prestarse para el acrecentamiento de las otras.*

8.ª

8.ª *Que dicha opresion turba el orden naturál de las evacuaciones naturáles, y echa à perder el temperamento de los infantes.*

9.ª *Que tambien los impide el ponerse en situacion favorable para arrojár los humóres que les vienen à la boca, los quales retroceden al estómago y producen efectos funestos, especialmente al salir los dientes en cuyo tiempo es mas copiosa esta evacuacion.*

10.ª *Que la alegría y regocijo que los infantes manifiestan quando se les liberta de esta opresion, y el descontento y llanto que se observa en ellos quando se les envuelve de nuevo, denotan bien la violéncia que sufre la naturaleza.*

11.ª *Que no debe temerse el que dexándolos en libertad se yeran ni hagan daño, ni deformes, porque toda situacion violénta es dolorosa, y el dolór mismo los advertiria de volverse y mudar de postúra, además de que su debilidad naturál les impide volverse con una violéncia que sea suficiente para herirse.*

12.ª *Que en todos los países en que no se sigue nuestro método actuál, los infantes se crian mas robustos y mejór formados que entre nosotros.*

13.ª *Que si las cotillas y vestidos estrechos producen tantos daños y deformidades como enseña la experiéncia en los de edad mas adelantada, ha de ser mayor el daño en los recien-nacidos que tienen sus cuerpos mas tiernos, delicados y flexîbles.*

14.ª *Que debemos dexár à la naturaleza el cuidado de labrar el cuerpo de los infantes, pues èsta obra con demasiada exâctitud, para que nosotros podamos dirigirla.*

15.ª *Que el mejór y casi único médio de reformar èste abu-*

abuso, es hacerlo moda, la qual será de las mas útiles que se han introducido.

16.ª *Que en el caso de faxár à los infantes, se debe poner toda diligencia en tratarlos con mucha suavidad, con la menór compresion posible, y con las puntas de los dedos, sin manejarlos jamás inconsideradamente, ni descansár los brazos sobre su vientre ò pecho, ni ponerlos boca abaxo, volviéndo y revolviendolos sin necesidad, y colocando sus miembros en la figura mas naturál procurando que conserven siempre su recta estructura, sin torcerlos ni encorvarlos, ni ponerlos en posturas ni situaciones violéntas.*

17.ª *Que no deben estár faxados para dormir, lo que es un abuso muy pernicioso que debe desterrarse del mundo.*

18.ª *Que se pongan siempre de lado al tiempo de acostarlos ò ponerlos en sus cunas, cuidando mucho de no dexarlos con parte ninguna torcida ò encorvada, pues si se acostumbrásen à ello quedarian así para toda la vida, como sucede en las plantas que quedan para siempre derechas ò torcidas segun la forma y direccion que se les da al principio quando son tiernas y flexibles.*

CA-

CAPITULO II.

DEL CUIDADO CON QUE SE DEBEN MANEJAR LOS INFANTES EN LOS PRIMEROS MESES DE SU VIDA HASTA LA SALIDA DE LOS PRIMEROS DIENTES.

§. I.

La primera edad del infante exîge una vigiláncia contínua, sin perderlo jamás de vista para su limpieza, y socorriéndolo en quanto necesita, no omitiendo nada de lo que conduce à su cuidado y bien estár.

A los tres dias el infante suele aparecér de colór amarillo. Esto no debe causár temor alguno porque es efecto de la purgacion y expulsion general de los humóres, que la naturaleza va haciendo à proporcion que su cuerpo se fortifica, y empieza à desplegarse ò desenvolverse del estado antigüo de opresion en que estaba: suele durar hasta 15 ò 20 dias: pasados èstos va apareciendo el colór própio de cada uno segun lo ha de tenér siempre, lo qual indica que el infante va tomando ya su consisténcia naturál, y fortificándose.

Los primeros momentos de la vida, dice Mr. Betzki, son los mas ariesgados y quando hay mayores peligros. La delicadeza de la edad, la complexion extremamente expuesta de èstas débiles máquinas exponen à los infantitos à muchos azáres, que por ser de grave conseqüencia para el resto de la vida exîgen la mayor vigiláncia y circunspeccion. Esto queda bien verificado en las tablas de la mortandad de los infantes, en las quales se ha visto lo funesto que les es el primer mes y el primer

mer año de su vida. Por esto es de la mayor importáncia el tenerlos al principio siempre à la vista.

Las naciones del oriente, y especialmente los Turcos y los Americános son sumamente atentos sobre èste artículo. Entre nosotros debía aún ser mayor èsta atencion, porque el modo de vestirlos cargando sus ropas de alfileres, de cuya resulta se yere su piel con mucha facilidad, hace mas necesária esta precaucion. Sin embargo el uso quiere que no se deslíen sus faxas sino dos veces al dia, y lo peór es que se encarga comunmente à otro niño ò niña, ò à lo menos à personas de poca edad sin discernimiento ni discrecion alguna que por divertirse y jugar los dexan en tierra ò en qualquier rincon, dexándolos deshacer en llanto, y los llevan debaxo del brazo como un haz de sarmientos con riesgo manifiesto de estropearles todos sus huesos. Nunca se encargará un niño al cuidado de otro niño, dice Betzki. Esta es una pésima costumbre que causa muchos perjuicios; y sin embargo es muy común y freqüente. Ellos no se lamentan ni lloran sino sienten algun dolór, y así quando lloran no debe dudarse que el hambre ò la mala leche, ò el tormento de las faxas, ò alguna otra sensacion dolorosa los hace llorar: por lo qual debe inquirirse prontamente la causa para remediarla, porque sí se les dexa padecer se llegan à turbar las funciones de la economía animál, especialmente la digestion, y se siguen enfermedades.

Nunca se deben encargár al cuidado de personas de poca edad.

El único médio de apacigüar sus llantos y gemidos es quitár las causas que los producen.

Los gritos del infante son la voz de la naturaleza que pide socorro, la qual no tiene otro lengüage para explicar sus necesidades. En lugar de escuchar esta voz, se sufoca las mas veces, y lo mas que se hace para apacigüarlo es ò darle de mamár ò ponerlo en su cuna

Errores que cau-

san muchos perjuicios sobre este punto.

y hacerle dormir quiera ò no quiera, sin reflexîonar que muchas veces ni es el hambre ni el sueño la causa del llanto: si no se les tiene muchas horas ayunos, raras veces es el hambre la que les hace llorar.

Las primeras sensaciones del apetito no acostumbran à ser tan dolorosas que los hagan prorumpír al primer momento de la necesidad en lloros y gemidos. Allí por sacudidas violéntas y continuas se les aturde, se les confunden todos sus sentidos, y se les pone en un estado de convulsion, que à fuerza de fatigarlo apaga el sentimiento del dolór con un sueño forzado. Algunas veces se les dexa llorar hasta la extincion de sus fuerzas. Los violéntos esfuerzos que hace para socorrerse èl mismo, y la agitacion de sus sentidos alteran considerablemente su constitucion.

Quando las primeras sensaciones de un infante llegan por este modo de manejarlos à ser tan penosas y dolorosas, se les excitan anticipadamente las pasiones turbulentas, cuya semilla se halla en todas las máquinas humanas hasta en las mas débiles, y es de temer que se desenvuelva prontamente y corrompa el mas bello carácter, como despues veremos.

El procurar apacigüar los infantes con un sueño forzado es causa de graves perjuicios en su salud, porque el sueño forzado, sea por una agitacion violénta de la cuna, ò sea por la fatiga que sobreviene al infante por haberse deshecho en llanto, es comunmente convulsivo è inquieto, ò muy largo y profundo: de lo que se siguen vários inconvenientes, y entre otros la epilépsia segun Mercado, el qual no permite se le excite el sueño en la cuna sino por movimîentos muy leves, y aún para èstos debe preceder el haber mamado suficiente-

Perjuicios que se siguen de procurarles un sueño forzado

men-

mente: y ha de añadirse que debían antes haberse exâminado las causas de su desasosiego è inquietud que pueden ser diferentes, y haberlas quitado, con lo que el infante no necesitaría para dormirse de ningun movimiento de la cuna ni otros alicientes.

con movimientos violentos y estrepitosos de la cuna.

Todos los Autores están de acuerdo sobre esta materia. „El aquietar los niños meciéndolos en la cuna, dice Hervas, se debe practicár despues de haber observado que no se lamentan despiertos. Sucede no pocas veces que tienen necesidad de alimento, ò que padecen alguna incomodidad exterior ò interior, y no obstante se adormecen con el arrullo y contínuo movimiento de la cuna; pero vuelven presto à dispertar ò lamentarse porque persevera la causa de su desasosiego." Mr. Buffon se explica con la mayor fuerza sobre èste asunto. „Sola la ternura maternal, dice, es capáz de la vigiláncia contínua y atenciones tan necesárias que exîgen los infantitos. ¿Puede acaso esperarse de las nodrizas mercenárias y groseras? Unas abandonan sus infantes muchas horas sin pasár la menór inquietud acerca de su estado, otras son bastante cruéles para no hacer caso de sus gemidos, en cuyo caso èstos infelices entran en una suerte de desesperacion, hacen todo el esfuerzo de que son capaces, dan gritos y lamentos que duran tanto como sus fuerzas: finalmente estos esfuerzos les causan enfermedades, ó à lo menos los ponen en un estado de fatiga y abatimiento, que arruina su temperamento, y puede asi mismo influír sobre su caracter. Hay una práctica de la que abusan freqüentemente las nodrizas descuidadas y perezosas: en lugar de empleár médios eficaces para consolarlos, se contentan con agitar la cuna, haciendola balanceár sobre sus costados: Este movimien-

to causa à los infantes una suerte de distraccion que apacigüa sus lamentos : continuando el mismo movimiento se les aturde, y al fin se duermen; pero este sueño forzado no es mas que un paliativo que no destruye la causa del mal presente; antes por el contrario se les puede causár un grave daño à los infantes si se executa por largo tiempo, pues se les haría vomitár, y les quebrantaría y desordenaría la cabeza.

Antes de mecér los niños, prosigue, es menestér estár seguro que no les falta nada, y no se deben agitár jamás hasta el punto de aturdirlos : si se advierte que no duermen lo suficiente, basta un movimiento lento è igual para adormirlos, porque si se les acostumbra à ello no pueden dormír de otro modo."

No deben estár largos ratos en una misma postura, y debe cuidarse mucho de que estén siempre limpios y enjutos.

Ya habia dicho poco antes: „ como los infantes están obligados à perseverar en la misma situacion en la cuna, y por otra parte violentados por las trabas y estorvos de la faxadúra, èsta situacion se les hace pesada y dolorósa despues de un cierto tiempo : se enfrían y se moxan por su misma orina y excrementos, cuya acritúd ofende su piel fina y delicada y por consiguiente muy sensible. En este estado no hacen sino esfuerzos infructuosos, y no tienen en su debilidad otra expresion que la de los gemidos para pedir consuelo. Se debe tener la mayor atencion para socorrerlos, ò por mejor decir es necesário prevenir todos estos inconvenientes, mudando sus vestidos no solamente de dia sino tambien en la noche. Este cuidado es tan necesário que los salvages mismos ponen en ello mucha diligéncia, sin embargo de que les falta el lienzo y no tienen proporcion para mudar las pieles con tanta freqüencia como nosotros el lienzo. Ellos suplen este defecto poniendo en los parages

ges en que acuestan à sus hijos una matéria comun que no puede faltarles. En la parte septentrionál de la América se pone en el fondo de las cunas una buena cantidad del polvo que se saca de la madera roída por los gusanos, sobre cuyo polvo los acuestan y cubren de pieles. Algunos pretenden que èsta espécie de cama es tan dulce y tan muelle como la de pluma; pero no se ha introducido èste uso para lisongeár la delicadeza de los infantes, sino para preservarlos de la humedad que es embebida ò chupada por este polvo, el qual se renueva despues de un cierto tiempo.

En Virgínia acuestan à los niños sobre una tabla güarnecida de algodón, que está agugereada para la salida de los excrementos. El frio de èste país debería oponerse à esta práctica que es casi general en oriente, y sobre todo en Turquía: por lo demás èsta precaucion ahorraría todo cuidado en este particulár, y sería el modo mas seguro de prevenir los efectos de la negligéncia ordinária de las nodrizas."

Se evitarían pues en mucha parte los llantos y gemidos de los infantes si al cuidado de no faxarlos tan estrechamente como se acostumbra se aumentase el de no tenerlos tan largo tiempo en una misma postura, y de mudarlos freqüentemente de pañales, à fin de que no estén moxados y frios, como sucede las mas veces por su misma orina y excrementos, cuyo descuido ocasiona por lo comun sus desazónes y llanto.

Hervas en la pag. 227 previene que contribuye à que el infante esté sano y se fortifique de cada dia el buen método en hacerle dormir y reposár, en tenerlo limpísimo, en sacarle de la cuna y hacerle estár al ayre ventilado. No conviene, añade, tener siempre el infante

en

Si se tienen siempre en un mismo brazo, y de un mismo lado padece mucho su talle.

en un mismo brazo y de un mismo lado, porque puede facilmente por la constante situacion contraér algun defecto en las vertebras del espinazo y en el lado oprimido. Los infantes en los primeros meses principalmente han de ser manejados como delicadas flores que se ajan facilmente, porque de llevarlos siempre en un brazo ò de un mismo lado sufre y padece mucho su talle: jamás tendrán el cuerpo derecho, pues se inclinarán mas sobre un lado que sobre el otro, esto es, sobre el que se acostumbrò à ir siempre apoyado su cuerpo.

Tambien previene Hervas que se les deben limpiár con delicadezá las narices, porque sus ternillas son blandas como la cera y pueden facilmente desfigurarse.

La misma prevencion hace Mr. Betzki acerca de limpiarles las narices con mucha suavidad, cuidando mucho de no herirlas ni desfigurarlas y que èsto se haga con pañuelos de lienzo ò seda y no de algodón, y encarga tambien à las nodrizas que quando lleven al niño en sus brazos han de procurar variár la postura, llevandolos unas veces sobre el brazo derecho y otras sobre el izquierzo y no siempre de un mismo lado. „Las cosas mas minimas, dice, son de la mayor importáncia en tan tierna edad.“ „Sus cuerpos, dice en otra parte, son muy delicados y mas sensibles que los de los adultos, y por consiguiente mas susceptibles de impresiones estrañas: la delicadeza de sus miembros y el texido de su piel abren camino fácil à las exhalaciones peligrosas: y así importa mucho velár sobre su limpieza y la de todas las cosas que los tocan, procurando no duerman en cama usada, ni se vistan con ropas viejas, especialmente de lana sin asegurarse antes de que los que las hubieren usado estaban sanos y robustos.“ Esta es la

Deben ser limpias todas las cosas que los tocan.

ra-

razon porque habia aconsejado que los primeros meses especialmente no se permita à nadie que los bese, porque esto puede tener mortales conseqüencias en tan delicada edad, la qual se contágia muy facilmente: y Varandéo añade que ni aún se permita toquen al niño las personas poco sanas porque facilmente atraén y reciben los hálitos pestíferos: en cuya razon se funda tambien Hervas (pag. 206) para prevenír que se tengan siempre muy límpios, y que si se empuercan se tenga cuidado de limpiarlos inmediatamente.

Todas estas prevenciones se leen con mas extension en la obra citada de Luis Mercado (part. 2. pag. 21, y 22): „Tengan siempre presente, dice, las nodrizas el limpiar sin tardanza alguna à los niños de sus excrementos con agua caliente, cuyo calór sea semejante à la tempèrie del útero, y envolverlos en lienzos límpios y calientes, porque de este modo se evitan mil males que les resultan del calór de los excrementos, el qual además de los daños que produce en las partes que tocan estas inmundícias por su acrimónia, sube algunas veces hasta el hígado y les hace padecer mucho. La limpieza los alimenta y nutre no menos que el alimento, porque muchas veces por el ardór y acrimónia de los excrementos se molestan tanto que lloran mucho, padecen vigílias y otros males: : : Cuidarás diligentemente de aplacár sus gemidos y mitigár los ímpetus de su ànimo, porque además de ser muy necesario para rectificár en lo sucesivo sus costumbres, se evitan muchas enfermedades de los infantes que resultan de sus inquietudes y de su ira. Estas cosas aúnque son difíciles de conseguir en los que carecen aún de razon, son del todo necesarias para que quando les llegue el uso de ella aprendan mas facil-

Deben evitarse todas las causas de su ira, enfado, tristeza, y demás pasiones del ánimo.

cilmente à reprimir sus pasiones, si desde los prímeros meses los acostumbran à apacigüarlas. Para este efecto es necesario ante todas cosas inquirír las causas de sus gemidos, de su ira ò de sus deséos, pues quitadas èstas facilmente se aquietan: se suelen agitár y exâcerbár por la dureza de la cama, por la aspereza y opresion de las faxas, por la inmundícia de los excrementos y por otras cosas exteriores, de tal suerte que por ninguna cosa se apacigüan sino quitada la causa: otras veces por el hambre, por la poca leche, ò por irritacion ò vício en ella: y sean las que quieran importa mucho explorarlas y averigüarlas, porque en los que carecen de razon ninguna otra cosa es suficiente sino quitar la causa, siendo imposible moverlos à la toleráncia y sufrimiento con ninguna persuasion: y solamente acostumbra aplacár algunas veces su ànimo el movimiento, el canto, el darles el pecho, la distraccion y mutacion de lugar, cuyos médios deben probarse sin omitirse ninguno, à fin de que desde el dia de su nacimiento sea removida toda causa que pueda excitar su llanto y su ira, y se adquiera con facilidad la tranquilidad de su ànimo: pues en una edad que no admite precepto ni consejo, no hay otro médio de dirigir su ànimo à las buenas costumbres, que tanto importan para la salud no solamente espiritual sino corporal, que acostumbrandolos à ellas. Por estos médios, acostumbrados en adelante mas y mas de cada dia, quando lleguen à entender los avisos, consejos y preceptos, y à temer las amenazas, se hará mas fácil el gobernarlos, y ellos se encontrarán mas dispuestos à adquirír los buenos hábitos y evitar los malos."

Ni debe extrañarse esta prevencion de Mercado respec-

pecto à los primeros meses de la vida del infante, pues en los siete meses que acostumbra à haber de intervâlo hasta la salida de los dientes, no dexan de manifestarse las pasiones de ira, enfado ò descontento, así como las de complacéncia y alegría en los infantes, mostrandolas con bastante claridad por médio de sus gestos y movimientos.

„Despues del primer mes, dice Hervas, fortificados ya los órganos del recien-nacido, los objetos hacen en èl impresiones duraderas y empieza à darnos indícios de su racionalidad, dando en tan pocos dias de vida muestras tales de conocimiento que en vano se buscarán semejantes entre los animales mas despiertos.: ::El infante pues desde los 40 dias de su vida, si está sano, empieza à mostrar sensiblemente las pasiones de alegría, de amor, de tristeza y de enfado por medio de señales que mas que la figura le distinguen de los anímales: ::Desde este punto empiezan las pasiones à descubrirse y nos hacen ver que se conciben y nacen con el hombre. El infante en estas circunstancias no es aun capaz de articulár ò significár con voces las pasiones que le agitan; mas no necesita este lenguage porque todos sus miembros son otras tantas lengüas. El hombre mudo en su mayor edad no habla con los ademanes mas inteligiblemente, ni explica con mas claridad sus idéas, que un infante desde los primeros meses de su vida. El significa con todos sus miembros su descontento, dolór y aún ira, pues quando está ayrado mueve las manos con esfuerzos de quien rehusa, agita los pies y la cabeza, aparta la vista de quien lo ofende ò del objeto que le desagrada, le desprecia con desatenderlo, todo su rostro se descompone con gestos violentos è iracundos, se irrita, se

enciende, y últimamente prorumpe en sollozos y gemidos.

Todo lo contrário se observa en el infante alegre y placentero, el qual se esfuerza para explicar su placér con todos sus miembros: su boca graciosa y risueña, sus ojos vivos, espiritosos y halagüeños, su perseveráncia en fixar la vista en el objeto que le agrada, sus suaves movimientos de manos y pies, y su concertada risa, son señales de quien se rie con todos sus miembros, y de que aquella alma que aníma la pequeña máquina de su cuerpecillo, es la que obra ya en lo exterior, explicándonos con ademanes corporales lo que piensa y desea, y haciendonos conocer por los primeros actos de racionalidad que se descubren en el infante, que ella desde los primeros momentos de la vida del hombre aparece envuelta en las pasiones, que despues con tanto daño corporál y espirituál dominan tiránicamente en muchos hombres :::En el infante mas pequeño las pasiones son pasiones, no se deben despreciar."

RESULTAN LAS SIGUIENTES MAXÎMAS.

1.ª *A los tres dias el infante suele aparecer de color amarillo, lo que dura hasta los* 15 *ò* 20; *pero esto no debe dar cuidado porque es efecto de la expulsion de los humores que hace la naturaleza. En desapareciendo èste color y tomado el infante el suyo própio y natural, es indicio de que su cuerpo se fortifica.*

2.ª *Los primeros dias de la vida son los mas arriesgados, y quando hay mayores peligros por la delicadeza y expuesta complexîon de èstas débiles máquinas, por cuyo motivo es preciso entonces el mayor cuidado y vigilán-*

cia

cia sin perderlos nunca de vista.

3.ª *Quando lloran es señal cierta de que sienten alguna moléstia y dolor, por lo qual se debe inquirìr prontamente la causa para remediarla: porque si se les dexa padecer, se llegan à turbar todas las funciones del cuerpo y resultan enfermedades. Los esfuerzos violentos que hacen ellos mismos para socorrerse, y la alteracion de sus sentidos alteran considerablemente su constitucion.*

4.ª *No es suficiente para socorrerlos el darles de mamár siempre que lloran à no ser que su llanto proceda de falta de alimento; pero como suele acontecer por otros muchos motivos, es preciso inquirír la causa para evitarla, porque aunque se les dé de mamár, si queda la causa en pie, vuelve à producir los mismos efectos, y el infante no queda socorrido.*

5.ª *Aun es peór la práctica comun de hacerlos dormir à fuerza para acallarlos sin remediar antes la causa de su mal, porque el sueño forzado es comunmente convulsivo è inquieto, ò muy largo y profundo, y se siguen vários inconvenientes, y entre otros la epilépsia.*

6.ª *Todavia es mas perjudicial èsta práctica si se executa por sacudidas violentas de la cuna, haciendola balancéar sobre sus costados, porque amás de que èsto les confunde todos sus sentidos, los pone en un estado de convulsion, y si se hace por largo tiempo los hace vomitár, y les quebranta y desordena la cabeza.*

7.ª *Jamás conviene dormirlos quando lloran sin haberlos apacigüado antes quitando primero la causa de sus gemidos.*

8.ª *Antes de mecér los infantes ò cunarlos es menester estar seguro de que no les falta nada, y en este caso no se deben agitár hasta el punto de aturdirlos: si se*

advierte que no duermen lo suficiente, basta un movimiento lento è igüal para adormirlos, porque si se les acostumbra à ello no pueden dormir de otro modo.

9.ª *Las causas de su llanto suelen ser la falta de alimento, ò vicio y depravacion de la leche, la opresion de las faxas, el hacerlos estar demasiado en la cuna, el tenerlos largo tiempo en una misma postura y situacion, el estar moxados y súcios por su misma orina y excrementos, el frio y el calór, y otras cosas exteriores ò interiores que los molestan.*

10.ª *Sean qualesquiera las causas, importa mucho averigüarlas, porque en los que carecen de razon ninguna cosa es suficiente sino quitar la causa, siendo imposible moverlos à la toleráncia y sufrimiento con ninguna persuasion.*

11.ª *Algunas veces se consigue aplacarlos con la distraccion, dandoles el pecho, cantando, moviendolos, llevandolos de un lugar à otro, poniendoles delante cosa que llame su atencion, como un paño colorado, una llave, un cristál ù otro cuerpo brillante, haciendo algun ruido; pero Si la causa que los molesta es grave è insiste, vuelven luego à quexarse, y siempre debe recurrirse à averigüarla y remediarla.*

12.ª *Nunca conviene tenerlos largo tiempo en una misma postura, ni de un mismo lado, porque además de que una misma situacion se les hace pesada y dolorosa y por consiguiente los molesta y hace llorar, pueden facilmente por la constante situacion contraér algun defecto en las vertebras del espinazo y en el lado oprimido. Es muy importante no dexarlos en la cuna mas tiempo del que deben estar, y aun en èsta mudarlos alguna vez de postura.*

13.ª

13.ª *Quando se llevan en brazos, se les debe mudar freqüentemente de un brazo à otro y mudarlos de lado, de suerte que unas veces descanse su cuerpo en el un lado y otras en el otro: si se les lleva siempre de un lado y en el mismo brazo, padece mucho su talle y no tendrá jamás el cuerpo derecho, pues se inclinará mas sobre el lado, sobre el que se acostumbró à ir siempre apoyado su cuerpo.*

14.ª *Sobre todo es muy necesária la limpieza de ellos y de sus vestidos. Además de que se moxan y enfrian por su orina, la acrimónia de los excrementos sube hasta el higado y los hace padecer mucho. Importa mucho mudar los pañales siempre que están moxados, y no precisamente dos veces al dia como se acostumbra: siempre que se empuercan deben limpiarse inmediatamente. La limpieza los alimenta y nutre no menos que la leche.*

15.ª *Además de estár siempre limpísimos, deben ser limpias todas las cosas que los tocan: sus cuerpos son mas delicados y sensibles que los de los adultos, y por consiguiente mas susceptibles de impresiones extrañas. La delicadeza y blandura de sus miembros abren camino fácil à las exhalaciones peligrosas. Por tanto no deben dormir en cama usada por otras personas, ni en compañia de personas ancianas, ni vestirse con ropas usadas, especialmente de lana, sin asegurarse antes que los que las han usado eran sanos y robustos.*

16.ª *Por la misma razon no se debe permitir que nadie los bese, porque èsto puede tener mortales conseqüencias en tan delicada edad, la que se contágia muy fácilmente.*

17.ª *Tampoco se debe permitir que los toquen las personas poco sanas, porque fácilmente atráen y reciben los*

bá-

hálitos pestíferos. Los infantes, especialmente en las primeros meses, son como delicadas flores que se ajan fácilmente.

18.ª *Por la misma razon se les deben limpiar con mucha suavidad las narices, evitando mucho no herirlas ni desfigurarlas, porque sus ternillas son tan blandas como la cera y pueden fácilmente desfigurarse. Débense limpiar con pañuelo de lino ò seda, y no de algodón.*

19.ª *Débese poner mucho cuidado en quitar toda causa de su ira, enfado, tristeza y de quanto excite estas pasiones de su ànimo, pues además de que son causa de muchas enfermedades, llegan con el tiempo, sino se reprimen ò evitan desde el principio, à ser muy nocivas al alma y al cuerpo: y aunque en aquellos primeros meses no saben hablar, las acostumbran à manifestar ya con todos sus miembros con gestos y movimientos, y explicando con ademanes lo que piensan y desean, y haciendonos ver ya desde los primeros meses à su alma envuelta en sus pasiones, las quales en ninguna edad deben despreciarse ni desatenderse porque siempre son pasiones.*

20.ª *Casi ninguna de estas reglas puede observarse sino se reforma la pésima costumbre de encargar su cuidado à personas de poca edad sin discrecion ni discernimiento alguno para manejarlos.*

§. II.

Del sueño y abrigo de los infantes en los primeros meses.

La primera infáncia tiene necesidad de dormir mucho, y asi jamás se le debe impedir el sueño. „Los niños recien-nacidos, dice Buffon, duermen mucho, de suerte

te que emplean en el sueño la mayor parte del dia y de la noche sin dispertarse sino por algun dolór ò por hambre, y èsta es la razon porque suceden casi siempre los lloros y gemidos al sueño."

„De todo lo que parece mole y afeminado, dice Locke (cap. 47), no hay una cosa que se deba permitir con mas indulgencia à los niños que el sueño : es preciso dexarles satisfacerse plenamente, porque es una de las causas que mas influyen sobre el incremento y robustéz de sus cuerpos, y asi es necesario dexarlos dormir quanto quieran quando son pequeños." Previene despues que la libertad absoluta de dormir quanto quieran, que se concede à los niños en los primeros meses y años de su vida, no ha de continuar siempre, sino que se les ha de limitar el tiempo poco à poco segun vayan creciendo, pero de esto trataremos à su tiempo.

Es necesário dexár dormir à los niños quanto quieran quando son muy pequeños.

Luis Mercado es del mismo modo de pensar, y añade que en los primeros meses deben dormir siempre en la cuna, sin permitir que duerman en cama acompañados de nadie, pues perecen muchos por el descuido de las nodrizas ò de las personas que duermen con ellos, y se ven freqüentemente exemplares de muertes de infantes, ò de haberlos estropeado por èsta causa. Tambien previene que el quarto ò parage en que duermen, ha de ser límpio sin que se perciba ningun mal olór : que no haya jamás humo, y que esté separado de prados ò lugares en que pueda haber serpientes, las quales apetecen mucho la leche.

Encarga asimismo (pag. 15) que la habitacion en que duerme el recien-nacido debe estár aún mas caliente que lo que llamamos templado, para que no diste mucho

la

Los infantes necesitan de mucho abrigo en los tres ò quatro meses primeros.

la tempérie de su dormitório ò del quarto en que habita los primeros dias, del calór del útero en que habitaba, y añade que sea de abrigo la gorra que le cubra la cabeza, para que se fortalezca antes que pueda ofenderla la injuria del ayre, porque de otra suerte será expuesto à catarros y à otras fluxiones, y de ojos enfermos y lacrimosos. Prevendrás, añade, muchos males si tienes cuidado de la cabeza hasta el tercero ò quarto mes, y en algunos harás muy bien si cuidas de abrigarseles aún mas tiempo. Por èstos entiende los débiles y enfermos.

Esta doctrina de Mercado es conforme à la observacion del Dr. Zeviani que queda referida, de ser mucho mayor la mortandad de los infantes que nacen en la estacion del frio que en la del calór, la que manifiesta serles mas contrário el frio, y por consiguiente deberse precaver mas contra èl, pues les causa muchas indisposiciones y la muerte. Tambien es conforme à lo que se advierte en los recien-nacidos en el momento inmediato à su nacimiento, en el qual se quedan como helados, y denotan bien la impresion que les hace el ambiente que los rodéa por caliente que esté el quarto, de modo que si se les toca la cara se les nota muy fría, lo que es bien naturál y consiguiente à su primera salida del útero. „Como nosotros no nos acordamos de nada de lo que nos sucede de recien-nacidos, dice Buffon (pag. 13), no podemos juzgar exâctamente del sentimiento que produce entonces la impresion del ayre sobre los niños: solamente aparece que los llantos y gemidos que dan luego que respiran, son señales poco equívocas del dolór que la accion del ayre les hace sentír. El infante está en efecto acostumbrado hasta el momento

de

de su nacimiento al dulce calór de un líquido tranquilo, y puede presumirse que la accion de un fluido, cuya tempérie es desiguál, quebranta con mucha violéncia las fíbras delicadas de su cuerpo."

Sin embargo parece contrária à la de Mr. Betzki, de Locke y otros Autores. El primero prescribe que el infante no debe ser escrupulosamente güardado de la impresion del frio, y que se cuide de que respire ayre fresco, el qual debe renovarse con freqüencia en sus habitaciones, cuidando de que quando duermen estén cubiertos de modo que respiren libremente y circule el ayre nuevo al rededór de ellos, y que la ignorancia de esta regla y su inobservánçia causan daños irreparables: y que no estén cubiertos con ropas que abriguen mucho, por cuya razon encarga, como queda dicho, que se le envuelva solamente en un lienzo seco y suave y una mantilla ligera de lana, y que sus cunas no estén cerradas con cortinas, sino sueltas y en pieza grande al ayre libre.

Locke aconseja à los padres que no tomen demasiadas precauciones para poner à sus hijos à cubierto del frio, y poco despues previene que sería muy conveniente que se acostasen por la noche sin gorra, respecto à que no hay una cosa que ocasione mas males de cabeza, romadizos, catarros y otras muchas indisposiciones que tener abrigada la cabeza.

Tambien dice Hervas que convendria hacer mudar de ayre à los infantes, para que insensiblemente se vayan acostumbrando à las impresiones de la atmósfera, y que se les saque de la cuna haciendoles estar al descubierto en el ayre ventilado. Y otros prescriben igüalmente que es un error el persuadirse que nunca puede ser ex-

cesivo el abrigo del infante, porque èsta preocupacion es causa de que un niño al cabo de algunos meses persevera tan tierno y débil, que no puede sufrír un ayre fresco y saludable sin ser incomodado.

A mi modo de entender no son èstas doctrinas contrárias sino en la apariencia, pues pueden conciliarse fácilmente si se exâmina el espíritu de dichos Escritores. Mr. Locke habla de la educacion necesária à la salud de los niños sin contraérse à los primeros dias ni meses de su vida, y por esto aconseja que se endurezcan y acostumbren al frio y al calor del clíma, para que se hagan fuertes y no los destemplen facilmente las injúrias de las estaciones: por esta razon encarga que se acuesten sin gorra; pero debe entenderse quando ya sus cabezas se hayan fortificado, suponiendolos en el estado de exponerlos sin riesgo al frio y al calor, lo qual se colige de lo que acababa de decir. „Pues la naturaleza, dice antes, ha tenido cuidado de cubrirnos la cabeza, y de endurecerla en uno ò en dos años, los niños pueden andár con ella descubierta al ayre todo el dia, y sería conveninte que se acostasen por la noche sin gorra &c.“, lo que demuestra que habla con los infantes de edad mas adelantada, de lo que trataremos despues.

Mr. Betzki distingue los tiempos, de modo que dexa indudable su dictámen sobre èste asunto. „Primeramente, dice, se les ha de preservár del frio en la primera infancia, y à proporcion que van creciendo se irán acostumbrando à las incleméncias de la estacion.“ Y quando dice que no han de estár sus camas con cortinas, sino sueltas y en piezas grandes al ayre libre, da la razon diciendo „que en las alcobas suele entrar el

ayre

ayre por los costados y como encallejonado, y que los dormitórios han de estár expuestos al medio dia" En otra parte: „ En la edad de dos años ya se les ha de acostumbrár à estár al ayre libre y à sufrír las variaciones del frio y del calor." Y despues quando habla de los infantes que han cumplido cinco años dice: „ A proporcion que adelantan en edad se han de acostumbrar mas à sufrír el frio, con lo que será mas robusto su temperamento y se preservarán de muchas enfermedades", lo que da bien à entendér que el exponerlos à la impresion del frio ha de ser por grados, y al paso que se vayan endureciendo y fortificando.

El acostumbrarlos al ayre libre, y à sufrír las variaciones del frio y del calór, ha deser por grados y àproporcion que adelantan en edad.

Este mismo es el espíritu de los demás Escritores que prescriben no sea excesivo el abrigo de los infantes ni de sus habitaciones, porque de este modo se criarían débiles y no podrían despues sufrír el ayre fresco y saludable sin padecer alteracion en la salud: lo qual denota que solamente se oponen al extremo cuidado de apartarlos del ayre y de todo ambiente fresco y saludable.

A nada de esto se opone Mercado, el qual ordena solamente que estén calientes sus habitaciones y abrigadas sus cabezas hasta el tercero ò quarto mes, extendiendo solamente este cuidado à los meses ulteriores quando son débiles y enfermos. Y mas adelante (pag. 18) dice „ que se han de huír ambos extremos, y se ha de procedér con prudencia, no exponiendo à los infantes inconsideradamente à qualquier ayre frio, ni tampoco güardándolos siempre escondidos y precavidos, porque lo primero es causa de muchas enfermedades, y lo segundo los hace facilmente alterables."

Resulta pues que aúnque en los primeros dias y en los tres ò quatro meses primeros, ò mas si les falta

robustéz, necesiten los infantes de abrigo en sus habitaciones y en sus cabezas, para que no les ofenda el ayre frio antes que se endurezcan y fortalezcan sus carnes, susceptibles entonces de la menór injuria de las estaciones, no les será ya conveniente pasados aquellos meses; sino que la prudencia irá dictando segun el estado de su salud y fuerzas el irlos desabrigando poco à poco y por grados segun el clima y la estacion, renovando al mismo tiempo el ayre en sus qüartos, y haciendolo circulár al rededór de ellos, sacándolos tambien à otro ambiente mas fresco hasta que llegado ya el tiempo en que no haya que temer ningun riesgo, se expongan con libertad al frio y al calór, aumentando èsto por grados y en la forma que se dirá despues.

Advertencias para que no se hagan bizcos.

Ultimamente se hace preciso hacer una advertencia acerca de la situacion en que debe estár la cuna en que duermen. Los infantes vuelven naturalmente la vista hácia la luz, por cuyo motivo la cuna debe estár colocada de modo que reciba la luz por sus pies, à fin de que los dos ojos la reciban igualmente, porque si el uno la recibe mas que el otro se hará mas fuerte, y el otro quedará débil. El descuido de las nodrizas en èsta materia es causa de que se hagan tantos bizcos, pues es constante segun Buffon que los ojos adquieren la fuerza con el exercicio, y que la desigualdad de la fuerza en los ojos es la causa de mirár torcido.

Para evitár este defecto se ha de cuidar tambien de colocár las bugías ò qualquiera luz artificiál del mismo modo, de suerte que los infantes fixen en ella sus dos ojos al mismo tiempo y los exerciten con igualdad, para que adquiera la misma fuerza el uno que el otro. Hervas dice que es de parecer que todos los bizcos han

ad-

adquirido este defecto en la cuna, y previene que se debe hablar siempre à los infantes por los pies, y que no se haga ruido continúado por los lados, porque el infante estando faxado y hundido en los colchones y almohadas, no puede mover la cabeza con entera libertad, y por esta razon mueve al través los ojos para ver los objetos luminosos ò estrepitosos. En este caso sus órganos visuales que son muy tiernos se vician con facilidad, y se tuerce habitualmente la vista. Si se advierte, añade, torcida la vista de un infante, convendrá ponerle en la parte opuesta alguna cosa resplandeciente que llame su atencion.

Mr. Betzki advierte que como los niños tienen el órgano de la vista muy delicado, un exceso de luz los ofende, y así se ha de evitár que la luz yera directamente la cuna, y jamás se les ha de sacár de repente de un lugar obscuro à otro muy claro, de cuya opinion es tambien Mercado, que prescribe haya de estár el dormitório de los infantes templado de luz y no resplandeciente, à no ser que se ilumine de lejos, y en este caso que reciba la luz por los pies y no por los lados para que no se haga bizco. Ya habia dicho que el recien-nacido debia estár en lugar obscuro, para no pasár de golpe de la obscuridad del útero à lugár resplandeciente, hasta que por grados se vaya acostumbrando, y por la costumbre le haga menos impresion.

Las mismas precauciones encarga Betzki sobre todos los demás sentidos corporales, que están igualmente muy delicados, y así como el demasiado resplandór altera su vista, un sonido violento y excesivo perjudica su oído, un olór fuerte daña su olfato, el alimento salado, ácido, picante &c. su gusto: y sobre todo, dice, su sentido de

Precauciones para con todos sus sentidos corporales.

de mayor extension es el tacto, por cuyo motivo debe preservárseles de quemaduras, desolladuras y otros accidentes, como asi mismo de tocár cuerpos cuyas superfícies sean espinosas, cortantes, punteagudas ò muy ásperas. Por este motivo prescribió ya que los bordes de la cuna estubiesen guarnecidos de pieles, para que no se lastimasen sus manos si llegaban à ellos. En quanto al sentido del gusto tratarémos mas largamente quando se hable de los alimentos que les dañan.

RESULTAN LAS MAXÎMAS SIGUIENTES.

1.ª *Los infantes en los primeros meses necesitan de dormir mucho, y asi es necesario dexarlos dormir quanto quieran, porque el sueño es una de las causas que mas influyen sobre el incremento y robustéz de sus cuerpos.*

2.ª *No conviene dispertarlos ni aún para darles de mamár.*

3.ª *Deben à lo menos en los primeros meses dormir siempre en la cuna, y nunca en cama acompañados de otras personas, pues perecen muchos por el descuido de las nodrizas, y aún de sus mismos padres.*

4.ª *La habitacion en que duermen ha de estár siempre limpia sin que se perciba ningun mal olór.*

5.ª *No debe haber jamás humo en el qüarto que duermen ò habitan.*

6.ª *Ha de estár su dormitório apartado de los prados ò parages en que puede haber culebras ò serpientes, las quales apetecen mucho la leche.*

7.ª *La habitacion en que duerme y habita el infante, debe estár aún mas caliente de lo que llamamos templado en los primeros dias, y aún en los tres ò quatro meses pri-*

primeros, ò mas si el infante es débil y poco sano.

8.ª *La gorra que le cubre su cabeza ha de ser de abrigo en aquella edad para que no le ofenda el ayre hasta que se fortalezca, porque de otra suerte será expuesto à catarros y à otras fluxiones, y de ojos enfermos y lacrimosos.*

9.ª *Como el infante estaba acostumbrado hasta su nacimiento al dulce calór de un liquido tranquilo, la accion del ayre cuya tempérie es desigual, quebranta con mucha violéncia las fibras delicadas de su cuerpo, por cuyo motivo debe ser preservado del sentimiento que produce entonces la impresion del ayre, hasta que se endurezcan y fortalezcan sus carnes y principalmente la cabeza.*

10.ª *Tampoco debe ser excesivo el calór de los dormitórios, ni de mucho abrigo sus ropas, porque èsto les haria facilmente alterables à qualquier ayre fresco y saludable que les diese. Ambos extremos son viciosos.*

11.ª *Por la razon dicha el infante pasados los primeros dias no debe ser escrupulosamente güardado de la impresion del frio, y debe cuidarse de que respire ayre fresco, el qual debe renovarse con freqüencia en sus dormitórios, haciendo que circule el ayre nuevo al rededór de ellos.*

12.ª *La prudencia debe dictár el tiempo en que deben preservarse con mucho cuidado de la impresion del frio, y del en que pueden irse ya desabrigando poco à poco y por grados, sacándolos à otro ambiente mas fresco, y haciendoles respirar ayre mas libre y puro, segun el estado de su salud y robustéz, y atendido el clima y la estacion.*

13.ª *Quando duermen se ha de tener cuidado de que estén cubiertos de modo que respiren libremente.*

14.ª *No han de estár sus cunas cubiertas con cortinas, sino sueltas y en pieza grande al ayre libre, pues en las alcobas suele entrár el ayre por los costados y como encallejonado: los dormitórios han de estár expuestos al medio dia.*

15.ª *La cuna ha de estár colocada de modo que reciba el infante la luz por sus pies, à fin de que los dos ojos la reciban igualmente, porque si el uno la recibe mas que el otro, se hará mas fuerte con el exercicio, y el otro por falta de exercicio se hará débil, y el infante mirará bizco ò torcido.*

16.ª *Lo mismo se ha de practicár con el modo de colocár las bugías y toda la luz artificiál, cuidando que los infantes fixen en ella sus dos ojos al mismo tiempo, y los exerciten con igualdad, para que adquiera la misma fuerza el uno que el otro.*

17.ª *Igualmente conviene para evitár este defecto el hablarles siempre por los pies quando están acostados, y el no hacer ruido continùado por los lados, para que no vuelva al través la vista à ver à quien le habla ò causa el ruido.*

18.ª *Si se advierte torcida la vista del infante, convendrá ponerle en la parte opuesta alguna cosa resplandeciente que llame su atencion.*

19.ª *Como los infantes tienen el órgano de la vista tan delicado, un exceso de luz los ofende, y así se ha de cuidár que la luz no les yera directamente, y que sus dormitórios no estén muy resplandecientes, sino que tengan templada la luz hasta que poco à poco se fortalezca èste sentido por la costumbre, y les haga menos impresion la luz.*

20.ª *Por la misma razon no deben pasár de repente*

de

de un lugar obscuro à otro muy claro.

21.ª *Como al nacér salen de la obscuridad del ùtero à la luz del mundo, debe estár su habitacion con poca luz ò menos resplandeciente.*

22.ª *Las mismas precauciones deben tomarse acerca de los demás sentidos corporales, cuyos órganos están todos muy delicados, y así como el demasiado resplandór altera su vista, un sonido violénto ò estrepitóso perjudica à su oído, los olóres fuertes dañan su olfato, el alimento salado, ácido ò picante ofende su gusto: y sobre todo su sentido de mayor extension es el tacto, y así debe preservárseles de quemaduras, desolladuras y otros accidentes, como asimismo de tocár cuerpos cuyas superficies sean espinosas, cortantes, puntiagudas ò muy ásperas.*

§. III.

Del alimento de los infantes en los primeros meses.

Para mayor claridad dividiré este asunto en tres partes. 1.ª En que tiempo puede empezarse à dar à los infantes otro alimento además de la leche. 2.ª Qual y de que espécie debe ser èste alimento. 3.ª Con que freqüencia debe darse de mamár à los infantes en los primeros meses.

Tiempo en que se puede dar à los infantes otro género de alimento además de la leche.

Mr. Buffon y con él Hervas dicen que en los dos primeros meses se de al infante solamente leche sin mezcla de ningun otro alimento, y convendría mantenerlo con leche sola en el 3.º y 4.º mes, porque el estómago è intestínos del infante están poco abiertos y son aún muy débiles para digerír qualquiera otra cosa, pudiéndose temér indigestiones grandes y quizá mortales si se le diese otro alimento que la leche. La misma naturaleza que

los priva de los dientes en aquellos meses, nos dice claramente que los niños en aquel tiempo no deben sustentarse sino con leche, que es el único alimento que ella les ha preparado. Por robusto que sea el infante le podían resultár graves inconvenientes de darle otro sustento antes de finado el primer mes, y aún despues del 4.º y 5.º no convendría à los débiles y poco sanos.

Dicen tambien, que en Holanda, Italia, Turquía y generalmente en todo el Levante no se les da otro alimento que la leche en todo el primer año. Los salvages del Canadá les dan de mamár hasta los 4 ò 5 años, y algunas veces hasta los 6 y los 7 : en èste país, como la mayor parte de las nodrizas no tienen bastante leche para satisfacerles su apetito por ser tan grandes, les dan tambien un alimento compuesto de harina y leche, lo que executan desde los primeros dias de su nacimiento para acostumbrarlos à èl desde luego ; pero acontece que les resultan enfermedades y perecen muchos por las razones dichas.

Luis Mercado despues de haber establecido que los infantes no deben usár otro alimento que la leche hasta que les hayan salido los primeros dientes, fundado en la debilidad de su estómago y en la indicacion de la naturaleza, que ya provee de dientes quando es necesário otro alimento mas sólido, exceptúa el caso en que los infantes deséen otro alimento con mucha vehemencia, y lo tomen con prontitud y alegria, que son señales de poderlo digerír bien, y por tanto no se les deben prohibir absolutamente, sino concedérseles con la moderacion necesária para que no los llenen ni los graven, y evitándo siempre los mas sólidos, que además de molestár las encias, resolvér y disipár la materia de los

dien-

dientes, moverían la tós y el vómito, y encrudecerían el estómago.

Comparadas las doctrinas de vários autores y las prácticas de diferentes países, me persuado que lo mas saludable y provechoso para el infante que es lactado por su própia madre, ò por una nodriza que tiene leche abundante, de buena calidad y bastante sustancia y nutrimento, seria no tomár otro alimento que la leche en el primer año, ò à lo menos hasta haberle salido los primeros dientes; à no ser que el infante fuese muy voráz, que disipase à la madre ò nodriza por la mucha cantidad de leche que mamaba, ò apeteciese con mucha vehemencia otro género de alimento, observandose que lo cocía y digería perfectamente su estómago: con esta práctica se evitarían muchas indigestiones de los infantes, que regularmente perecen la mayor parte por sobrecargarles el estómago.

El uso comun de acostumbrarlos à comer otro género de alimento que la leche anticipadamente ò en los primeros meses, no tiene otro principio que el abuso de las nodrizas para que mamen menos, ò el temor que tienen muchas madres de hacerse embarazadas, y verse precisadas à quitarles el pecho antes de tiempo, ò à buscár Ama, en lo que preveen siempre graves inconvenientes, ó finalmente la preocupacion de que si se acostumbran desde luego à comer otras cosas se adelantará su crecimiento y robustéz, sin reflexîonar los riesgos à que los exponen con la mezcla de otros alimentos en edad tan tierna y quando es aún tan débil su estómago.

Sin embargo si la madre ò nodriza no tiene leche en abundancia ò la que necesita para que el infante esté

bien alimentado, ò no es de bastante sustancia y nutrimento, lo qual se conoce si el infante no orina bastante, ò se observa que tiene el vientre abultado, deberá en èstos casos probár à darle con mucha moderacion otro alimento, observando con cuidado como lo lleva su estómago, y los efectos que produce: y èsto deberá hacerlo solamente pasados ya los dos primeros meses por lo menos, pues antes le será siempre perjudicial.

La calidad de alimento que se les puede dar juntamente con la leche.

Y en estos casos, ò quando el infante ha pasado ya los primeros meses, y no se teme ningun riesgo, ¿qual deberá ser el género de alimento con que debe empezár à sustentarse juntamente con la leche? Dicho se está que no deberá ser de ningun modo ácido, salado, picante, ni de manera alguna incompatible ò de calidad contraria à la leche, como tampoco sólido y que necesite para su masticacion ò deshacerlo en la boca de mas fuerza y solidéz que la que puede tener el infante en aquella edad en sus débiles y tiernas encías. Tratamos solamente de los alimentos blandos y de fácil digestion que se les acostumbra dar entonces.

Así Buffon como Hervas adoptan el método de darles harina con leche, y Hervas previene que se debe cocer y tostár la harina para hacer esta especie de puches, porque las que se hacen con harina cruda son indigestas y gomósas; pero tengo por mas saludable y fuera de todo riesgo el alimento fermentado, el qual no está tan expuesto à que se acéde en el estómago, cosa que debe atenderse mucho quando están en la lactáncia, y así juzgo que es mas à aproposito el método actual de este país, en el qual se acostumbra darles por primer alimento diverso de la leche unas sopitas hechas de

pan

pan bien cocido y deshecho, al qual se mezcla una pequeña porcion de aceyte, que llaman sopa hervida.

Es conforme à esta práctica lo que prescribe Mr. Betzki. „Una edad tan delicada, dice, como la de los tiernos infantes pide el mayor cuidado en la calidad y cantidad de sus alimentos. Una papilla hecha con harina, (que es lo mismo que las puches, ò lo que en la mayor parte de esta provincia llaman farinetas) es un alimento pegajoso y de dificil digestion para estómagos tan débiles. Pan blanco bien cocido y seco, hecho menudos trozos, molido despues y convertido en sopa, es su mejor alimento hasta la edad de dos años. Déseles de comer èsto, añade, de tres en tres horas y poco cada vez, y así se criarán sanos y robustos. La cuchara, previene, para ministrarles este alimento ha de ser muy pequeña para que no les ofenda ni descomponga la boca.“

Luis Mercado aconseja por primer alimento con la leche el pan deshecho y mezclado con aceyte y miel, que refiere ser tambien la práctica en aquel tiempo en Valladolid de las mugeres que no tenían bastante leche. La mezcla de la miel ò azucar se usa tambien en el dia, y la llaman el *cebito* porque sirve de aliciente para que lo tomen mejór.

Mr. Buffon refiere una costumbre de algunas nodrizas especialmente del pueblo baxo, que mastican los alimentos para hacérselos tragár en seguida à sus infantes, cuya práctica aprueba y aún recomienda, pues la llama útil à los infantes y muy conveniente à su estado, y el médio único para proveér à su estómago de toda la saliva necesaria para la digestion de los alimentos sólidos. Si la nodriza mastica el alimento, su saliva lo atempera y hace un alimento mucho mejor que si se hu-

hubiese atemperado con qualquiera otro licór; sin embargo, concluye, èsta precaucion no puede ser necesaria sino hasta que ellos puedan hacer uso de sus dientes para deshacer los alimentos y atemperarlos con su própia saliva. Para recomendár este uso ya habia prevenido que debíamos descartár toda idéa de disgusto, y estár persuadidos de que en esta edad los niños no pueden tenerle en esta parte: y que en efecto no se les observa menos deseos de recibir el alimento de la boca de la nodriza que de sus pechos; antes por el contrario parece que la naturaleza ha introducido este uso en muchos países muy separados los unos de los otros, como en Italia, Turquía y casi toda la Asia, y se encuentra tambien en América, en las Antillas, en el Canadá &c. Luis Mercado hizo tambien mencion de este método en España, el qual se continúa aún en muchas partes, pero lo desaprueba absolutamente por haber, dice, enseñado la experiéncia serles perjudiciál, así como desleído en vino, y prefiere la práctica de la sopa con aceyte y con miel ò azucar.

Si los infantes que se sustentan con sola la leche pueden bebèr.

„ No es de menos momento, dice tambien Mercado, el resolver si se debe dar de bebér à los infantes quando se sustentan de sola la leche, porque por una parte el mucho calór natural los hace tenér sed, y por otra las crudezas de que abundan, indican que no necesitan de bebida: además de que la bebida solamente se da en auxîlio del alimento ò para su digestion, y los infantes que no toman otra cosa que la leche parece que no la necesitan, ò à lo menos en mucha cantidad, como erróneamente aconsejan los Médicos ignorantes. Para no errar, prosigue, se han de considerar dos cosas: 1.ª los excrementos del infante, que si son ácidos, convendrá no dar-

darles nada de agüa; si no lo son, no habrá inconveniente en darles dos veces al dia una poca de agüa azucarada antes de mamár, lo qual se entiende estando sanos porque con los enfermos no sirven reglas generales: 2.ª se ha de atendér à la complexîon del infante y tempérie del hígado, observando lo que le conviene por el efecto, esto es, si le daña ò le hace provecho.“

„El sueño del infante, dice Hervas, es interrumpido, y despierta con freqüencia, porque el alimento que de una vez puede recibir es tan poco que solamente se puede sustentár por dos ò tres horas. Por esta razon su nutricion debe ser freqüente. El infante en el seno materno se alimentaba continuamente, con lo qual no dormía perfectamente ni velaba: despues que nace imita de algun modo la vida antecedente, y por esto despierta muchas veces para alimentarse::: Conviene darle de mamár de dos en dos horas en los primeros meses, y que mame al descubierto. Si se tarda mucho en darle de mamár, molestado del hambre podrá mamár mucho con peligro de indigestion: por esto el infante debe mamár freqüentemente y por poco tiempo cada vez. El mamár al descubierto conviene, porque la mayor elasticidad del ayre conduce para que chupe mas facilmente la leche: para atraér èsta en el ayre caliente y rarefacto de los aposentos el infante hace esfuerzos grandes.“ Freqüencia con que se les debe dar de mamár.

Esta es la razon porque prescribe Betzki, como queda advertido, que las nodrizas se levanten de la cama para darles el pecho, pues en la cama está el ayre mas caliente y rarefacto. Para evitar esta dificultad de atraér la leche los infantes, aconseja tambien Mercado que antes de dar el pecho al infante debe la nodriza extraér una poca de leche del pecho, para que pueda ma-

már sin fuerza ni moléstia, especialmente en los primeros dias hasta que el calostro esté enteramente purgado.

Mr. Buffon dice tambien que los infantes recien-nacidos tienen necesidad de tomar alimento con freqüencia, de suerte que se les debe hacer mamár de dos en dos horas en el dia, y por la noche cada vez que se despiertan. Tambien prescribe Betzki que mamen de dos en dos horas con la limitacion que queda referida, de que si se duermen no conviene despertarlos. Mercado considera de dos maneras la lactáncia de los infantes. Una necesaria, que es la de darle el pecho tres ò quatro veces al dia, especialmente si el infante se halla asi grueso y robusto y los padres son templados, cuya ley, dice, se ha de güardar en los dos primeros meses, aunque la tiene por de difícil observáncia por la voracidad de los niños. Otra accidental por la necesidad de apacigüar los niños si lloran, ò porque necesitan de mayor cantidad para su crecimiento; pero encarga que en los dos meses primeros se observe en quanto sea posible esta ley, porque si se les da en mayór cópia se corrompe fácilmente, y resulta la epilépsia y otros males no menores. No obstante concluye diciendo que el modo mejor de gobernarse es que si el infante crece bien, no vomita ni enferma, duerme bien, está alegre, y se observan en èl las evacuaciones convenientes, se le puede dar de mamár todo lo que quiere; pero en los que no se observa tanta sanidad y robustéz es preciso dexar pasar las horas necesárias para la digestion.

Esto es lo que debe servir de regla principal en esta matéria, porque si se observa que al infante no se le corrompe la leche en el estómago, ni la arroja cruda, ni la vomita, ni le causa alguna otra indisposicion, sino

que

que está alegre, sano y robusto, y exerce bien todas las funciones corporales, es ocioso el arreglo de horas ni de interválos para mamár, pues como los infantes tienen mucho calor natural necesitan de mucho nutrimento como lo digieran bien; fuera de que este arreglo tendria muchas dificultades atendidas las diversas calidades de la leche, unas de mas sustáncia y nutrimento que otras, y además con dificultad se observaría por las Amas. Esta regla de mamár quanto quieran, es menos arriesgada quando lactan las propias madres, pues entonces están los infantes baxo la proteccion de la naturaleza que no los abandonará. En èstos no sucede regularmente ni el tener el estómago vacío ni el cargarlo demasiado.

RESULTAN LAS SIGUIENTES MAXÎMAS.

1.ª *Lo mas sano y provechoso para un infante à quien no le falta leche de buena calidad, es no darle otro alimento que la leche en el primer año, ó à lo menos hasta haberle salido los primeros dientes.*

2.ª *La misma naturaleza que siendo tan próvida lo priva de los dientes los primeros meses, nos da à entender que en aquel tiempo sola la leche es el ùnico alimento del infante.*

3.ª *Los intestinos del infante están entonces poco abiertos, y su estómago es muy débil para digerir otros alimentos, y asi el dársele en los primeros meses es exponerlo à graves y peligrosas indigestiones.*

4.ª *El uso freqüente de acostumbrarlos à comer otras cosas con anticipacion, proviene comunmente del abuso de las nodrizas para que mamen menos.*

5.ª *Tambien procede algunas veces del temor que tienen las madres de hacerse embarazadas, y por si se ven precisadas à destetarlos antes de tiempo ó à buscar Ama, los acostumbran à comer antes de hora.*

6.ª *Alguna vez dimana esta mala práctica de la preocupacion que tienen las madres ò nodrizas, de que si comen luego crecerán mas y se harán antes mas gruesos y robustos, lo que es un error y la experiencia enseña lo contrário.*

7.ª *Si la madre ò nodriza no tiene bastante leche para su alimento, ò no es de bastante sustáncia y nutrimento, podrá anticiparle otro alimento, pero con mucha moderacion y observando como le prueba.*

8.ª *El que la leche no es suficiente ò que no es de bastante nutrimento se colige de que el infante no orina bastante, ò de si tiene el vientre abultado.*

9.ª *Tambien se podrá proceder à darles con moderacion otro alimento, quando lo desean con vehemencia, y lo toman con prontitud y alegrìa, pues son indícios de que lo podrán digerir bien.*

10ª *En ningun caso se hará esta prueba ni se les dará ningun género de alimento diverso de la leche antes de haber pasado los dos primeros meses.*

11.ª *Quando se empieza à darles otro alimento distinto de la leche, se cuidará que no sea de calidad contrária à ella, ni àcido, ni salado ni picante &c., y que ni sea sólido ni pueda causar daño à sus tiernas y débiles encías.*

12.ª *No les convienen las puches de harina y leche aunque se hagan con harina tostada ni cocida, porque èste es un alimento gomoso y de dificil digestion para estómagos tan débiles. Una edad tan delicada pide el mayor cuidado*

en la calidad y cantidad de sus alimentos.

13.ª *El alimento mas à propósito para aquella edad es el de la sopa de aceyte que llaman hervida, hecha de pan blanco bien cocido y seco.*

14.ª *El mezclar à èsta sopa inocente un poco de azucar ò miel que llaman el* cebíto, *no puede dañarles.*

15.ª *El alimento masticado antes por la madre ò nodriza es aprobado por Buffon y reprobado por Mercado. Para no exponerse yo aconsejaría que se prefiéra la sopa herbida que no puede dañarles.*

16.ª *No es conveniente ningun género de alimento desleído en vino.*

17.ª *Para darles agüa se deberá observar su complexîon y tempérie del hígado, y sus excrementos. Si èstos son ácidos, no les conviene, si no lo son, se les podrá dar dos veces al dia en poca cantidad antes de mamár estando sanos y observando si les daña ò hace provecho.*

18.ª *Los recien-nacidos necesitan de mamár con freqüencia, porque maman poco cada vez, y si se tarda en darles de mamár, pueden mamár mucho de una vez molestados del hambre con peligro de indigestion.*

19.ª *No es fácil arreglar las horas en que han de mamár, ni la cantidad de leche que necesitan para su alimento, porque depende de su complexîon y temperamento, de su robustéz, estado de su salud &c. Si se observa que no se les corrompe la leche en el estómago, ni la arrojan cruda, ni la vomitan, crecen, y duermen bien, están alegres, y se verifican las evacuaciones regulares, pueden mamár todo lo que quieran.*

20.ª *Conviene que mamen al descubierto porque en las habitaciones abrigadas y mucho mas en las camas, está*

el ayre caliente y rarefacto, y necesitan molestárse y hacer mucha fuerza para mamár.

21.ª *Para evitár este inconveniente, conviene también que la madre ò nodriza extrayga con sus dedos una poca de leche del pecho antes de darselo al infánte, especialmente en los primeros dias.*

CAPITULO III.

DEL MODO DE TRATAR Y MANEJAR LOS INFANTES DESDE LA SALIDA DE SUS PRIMEROS DIENTES HASTA LOS DOS AÑOS DE SU EDAD.

§. I.

Dentadura de los infantes.

Para no tener que hablar repetidas veces de los dientes, como sería preciso atendida su diversidad y diferéncia de tiempos en que salen, se caen y se reproducen, me ha parecido tratar aqui de todos ellos, siendo muy fácil aplicar lo conveniente à cada tiempo, y à cada salida ò reproduccion de ellos.

La naturaleza obra sábiamente en cada miembro del cuerpo con las mismas leyes aunque con efectos diversos, con relacion à las funciones que deben exercitar, y como destinó los dientes para cortar y deshacer los alimentos sólidos, no se manifiestan ni ponen en estado de exercitar su oficio mientras el infante contento con la leche que le destinó la naturaleza por primer alimento, no llega al estado de usár de los alimentos sólidos, pues los dientes no solamente no son necesários para la leche, sino que le impedirian al infante para ma-

màr

már bien, y dañarian mnchas veces el pecho de la madre.

Como son muchos los infantes que perecen al tiempo de dentecér, se persuaden algunos que èste es un mal naturál è inevítable; pero no reflexîonan que todos los demás animales echan sus dientes sin peligro ni riesgo alguno, prueba evidente de que no es un mal temible por su naturaleza, sino efecto de unas circunstancias accidentales que ocurren por la delicadeza de las partes en que salen, que deben sufrír alguna opresion, y por la materia dura de que se componen, y es indispensable para exercitár las funciones à que están destinados.

Causa de ser dolorosa la primera salida de los dientes.

La naturaleza que obra el acrecentamiento de las demás partes del cuerpo sin la menor pena y aún sin alguna sensacion, necesita en èsta operacion de un esfuerzo violénto y doloroso para que los dientes lleguen à romper y penetrár la membrana exteriór de la encía, pues aúnque otras erupciones como la del pelo por exemplo, se hagan insensiblemente, no puede sucedér así en los dientes por su materia, la qual por su dureza al romper la carne molesta necesáriamente, causa dolores y produce varios accidentes.

La materia de los dientes aúnque de hueso, es de otra especie que los demás huesos del cuerpo, y la naturaleza le ha dado mayor dureza que à los otros huesos por tres razones: la primera, los dientes tienen que sufrir mas por la freqüente y casi contínua confricacion entre sí mismos: la segunda porque han sido instituidos para rompér y deshacer todas las materias sólidas comestibles, lo que no tienen que hacer los demás huesos: y la tercera porque sufren ò padecen las injúrias del ayre exterior y demás elementos, lo que no hacen los demás precavidos de la carne que los cubre, y así

ne-

necesitan de mayor solidéz, ò se desharian muy presto. (1)

Este es el motivo porque los infantes al llegar à este estado pierden su alegría y regocijo, y se les ve tristes è inquietos con otros varios accidentes y algunas veces con calenturas; pero sin embargo se observa que no tiene seguidas funestas si la constitucion del infante es sana y robusta. Los dientes como todos los demás huesos no experimentan dolór alguno, y aúnque parezca padecen vehementísimos dolores, no exîsten èstos en ellos, sino en las venillas y artérias que están dentro del alvéolo de la encía.

Nùmero, diversidad, y distintos oficios de los dientes.

Los dientes son 32 en oficio y figura diferentes: los ocho primeros se llaman incisores, porque la naturaleza los ha destinado para cortar los manjares sólidos: los otros quatro que salen inmediatos à èstos, se llaman caninos (vulgarmente colmillos) porque son destinados à quebrar ò cortar manjares aún mas duros: los otros veinte se llaman molares, que son los que decimos

(1) „ Aunque los dientes sean de la misma naturaleza genèrica que los demás huesos, dice Aristoteles, son de otra especie y naturaleza, porque los demás huesos son ya formados y colocados en su lugar en la primera formacion del hombre. Los demás una vez perdidos ya no renacen, y los dientes sí: Los demás crecen un tiempo determinado, pero los dientes toda la vida.“ (2. de generat. Anim. cap. 4.)

Esta opinion de que los dientes crecen toda la vida, que tambien es de Hipocrates, la llevan vários Autores, que pretenden se harian siempre mas largos à proporcion que el hombre adelanta en edad, si no fuera por la frotadura contínua de los alimentos que los gastan; pero parece desmentida por la experiencia, dice Buffon, porque las gentes que se alimentan de líquidos solamente, no los tienen mas largos que los que comen las cosas duras; y si alguna cosa es capáz de gastár los dientes es el frotamiento mútuo de unos con otros mejór que no el de los alimentos.

mos muelas, porque su oficio es moler y deshacer menuda y enteramente la comida. Por esto tienen cada uno su figura con proporcion à su oficio, pues los incisores tienen ancha la base, pero mas agudo ò cortante su extremo ò punta, y los moláres ancha su superficie, áspera y desiguál. Los quatro últimos son llamados por Hipócrates los dientes de la sabiduría, dichos ahora comunmente dientes del juicio, y están colocados à cada una de las dos extremidades de la boca. Estos salen mas tarde que los otros, de suerte que muchas veces no aparecen hasta la pubertad y alguna vez en edad mas abanzada, y es freqüente aparecer à los 20 años con algun dolór. Parecen sucesivamente el uno despues del otro ò dos à un mismo tiempo, arriba ò abaxo indiferentemente; pero èstos faltan à muchas personas, de lo que resulta la diferencia de 28 à 32 en el número totál de los dientes, porque en los demás no varía casi jamás el número. Algunos creen haber observado que à las mugeres les faltan mas comunmente que à los hombres estos dientes del juicio ò de la sabiduría.

Tiempos en que salen los dientes.

Los incisores ò los ocho primeros salen comunmente desde los 7 meses hasta los 10 ò 12, los colmillos al año, cuya salida sucesiva de dientes, colmillos y muelas instituida por la naturaleza, denota bien el tiempo en que por grados los infantes pueden usár de alimentos mas sólidos.

„ La vária conbinacion de humores, dice Hervas, y gran robustéz de algunos infantes pueden hacer que su naturaleza acelere la formacion de algunos miembros, y por esto se han visto nacér algunos con dientes, y aún tenerlos una criatura que nació viva à los seis meses; así como por la razon contraria tardár mucho mas

à

à salir del tiempo ordinario, y aún no salir jamás por haber padecido daño sus raíces ò haberse corrompido, habiéndose verificado tenér algunas personas solamente las muelas, lo que no impidió que viviesen sanas y llegasen à ser viejas; pero èsto es casuál y efecto de circunstancias extraordinarias." (1)

Los ocho dientes incisores, los quatro colmillos, y las quatro primeras muelas que están junto à ellos, suelen caérse hasta los siete años, y los colmillos tardan algunas veces mas; pero les suceden luego otros mas fuertes y duros por la necesidad de rompér y quebrar en adelante manjares mas duros y sólidos: de suerte que la dentadura del infante se completa comunmente à los 20 meses, y la del joven à los 20 años.

La primera salida de los dientes (que algunos llaman segunda entendiendo por la primera la formacion de ellos en los alvéolos de las encías en el útero) es sensible y do-

(1) „ La naturaleza, dice este mismo Escritor, ofrece vários fenómenos en las dentaduras. Algunos, dice Eustaquio, mudan los primeros dientes à los trece años y aún à los catorce: otros habiendolos mudado à los siete, los vuelven à mudár à los catorce. Se han sacado muelas à jovenes robustos, y se han visto salir otras nuevas: se han visto algunos con dos carreras de dientes en cada encía. Las tenían Timarcho segun Plinio, la hija de Mitridates segun Valerio Maximo, Luis XIII. Rey de Francia en una encía. (Yo he conocido à D. Manuel Cavós Dignidad de Chantre de esta Santa Iglesia de Zaragoza que las tenia.) A una muger de 70 años salieron 20 dientes en lugar de otros 20 que se le habian caído, segun se lee en la Anatomía da Diemerbroeck, y actualmente vive una vieja de 80 años, que habiendo perdido la dentadura muchos años hace, tiene los quatro dientes delanteros que le salieron dos años ha: Diemerbroeck dice que tambien se han visto en algunos tres carreras de dientes, lo que es própio de Tigres y Elefantes. Se han visto tambien algunos que los tenían unidos con las quijadas, como Pirro, Dentato, un infante de Prusia, y un hijo de Columbo Médico.

dolorosa, porque tiene que rompér la superficie de las encías aquella materia dura, como hemos dicho; pero la segunda, ò la que se hace à los siete ò mas años no es ya dolorosa ni causa los mismos efectos, porque encuentra ya las encías agujeradas de la primera salida de los otros.

Causa de no ser dolorosa la segunda salida de los dientes.

Son muy conocidas las señales de empezár à salir los primeros dientes en el infante, así por el calór de su boca que la madre siente al darle de mamár, como porque se inflaman las encías, se ponen roxas y despues blancas quando la opresion llega à punto de interceptár el curso de la sangre en los vasos: y tambien por el desasosiego y quexas del infante, y porque lleva contínuamente su mano à la boca. Algunas veces les resulta fiebre y otros accidentes, como fluxo de vientre, tos, vigília y otros que son excitados del dolór y de la solucion del contínuo.

Señales de empezár à salir los dientes, y cuidados necesarios en este tiempo.

Tres son los cuidados que deben tenerse con los infantes en este estado: 1.º corregir los accidentes ò indisposiciones que hubiese en el infante: 2.º disponer las encías para que con mas facilidad y menos dolór puedan rompér los dientes: 3.º el alimento de que deben usár. En quanto al primero pertenece al Médico el prescribir el método mas oportuno para corregir la fiebre, diarréa, tós ò qualquiera otra indisposicion que sobreviniese. Respecto al modo de disponér las encías para ablandarlas y lograr la mayor facilidad posible en la erupcion de los dientes, prescriben muchos, y es el uso que prevalece, el que lleve por la boca el infante chupadores de marfíl ò de cristál bien redondos, y sin alguna esquina, con lo que comprima suavemente las encías y facilite el pronto rompimiento de la membrana

Método de disponer las encías para facilitár la salida de los dientes.

que

que impide la pronta salida de los dientes.

De esta opinion es Buffon, y con èl Hervas, Betzki y Mercado, y este último prescribe qualquiera cosa dura, sea de cristál, jaspe verde, hierro, oro ò plata que comprima levemente las encías; pero otros, y à mi parecer con mucho fundamento, reprueban para este efecto cuerpos tan duros: à la verdad es dificil de concebir como un cuerpo tan duro como el marfíl ò cristál, y mas si es hierro, oro ò plata, pueda dexar de endurecér en lugar de ablandár las encías; fuera de que oprimidas èstas por las dos partes, por la de abaxo por el esfuerzo natural de los dientes, y por arriba por un cuerpo muy duro, parece se ha de retardár la salida contra lo que se solicita, ò à lo menos ha de haber riesgo de que no rompan con la rectitud que exîge la naturaleza, sino por algun lado, en el que hallan franqueza y nada les impide.

Hervas despues de haber aconsejado los chupadores de marfíl ò cristál, quando habla de la dentadura tardía, dice que consiste ò en que los dientes crecen poco, ò en que encuentran duras las encías, cuya dureza juzga que proviene muchas veces del alimento duro que se da antes de tiempo à muchos infantes. Parece pues que si un alimento que por sólido que sea ha de ser siempre mucho menos duro que los cuerpos referidos, dado de tarde en tarde al infante, endurece las encías y retarda la salida de los dientes, ha de causár estos y peores efectos el chupadór de cristál ò de marfíl, oprimiendo con èl contìnuamente las encías. Ni para reprimir las inflamaciones y refrescár las encias, para cuyo efecto los aconseja Betzki, pueden ser à próposito cosas tan duras, cuya opresion en las encías siempre ha de ser

per-

perjudiciál. La inflamacion debe reprimirse con los alimentos à próposito, y del mismo modo el refrescár las encías deberá hacerse con cosas mas suaves.

Otros aconsejan la corteza de pan, de regalíz ò malvavisco, que dicen no pueden causár opresion alguna perjudiciál, y por su naturaleza ablanda las encías: y solamente se debería observar en el caso de usarse de las dos últimas, si por tragár el infante aquel xugo pingüe y glutinoso se le moviese el vientre, ò tomase fastídio del alimento, en cuyo caso debería sustituirse la corteza del pan. „Ambrosio Paré en su docta Anatomía, dice Hervas, advierte que si el dolór continúa y no apuntan los dientes, se usen lenitivos simples y no fríos. En las Efemérides médicas de Alemania se aprueban la manteca fresca, la miel y el cremor de la leche para ablandár las encías.“ Las mas veces se pierde el tiempo en ablandár las encias, las quales, dice Luis Mercado, con ninguna cosa se ablandan mas pronto ni con mas seguridad, que con la misma humedad de que copiosamente abunda su boca en aquel tiempo. A mi modo de entendér mucho mas cuidado exige el alimento de que deben usár entonces los infantes, y aún las madres y nodrizas que los lactan. Por regla generál encargan los físicos prácticos que el infante debe estár en dieta y beber bien, y que la madre ò ama de leche tengan cuidado de comer y beber como si tubieran calentura. El uso de cosas frescas es bueno para las amas de leche. Mr. Betzki previene que este tiempo de la dentadura exige mucho cuidado, y que los alimentos crasos y groseros ponen entonces en riesgo su vida.

Alimentos de los infantes al tiempo de dentecér, y de sus madres ò nodrizas.

Lo que mas aprueba Mercado en punto à alimento es el caldo de pollo, mezclando en él unas migas de

pan, dexándolas remoxár bien, y darle este alimento dos veces al dia, aumentando ò disminuyendo la cantidad segun el efecto, esto es, observando si echa bien los dientes y si lo digiere bien, lo que se conoce de si salen bien cocidos los excrementos y de su codícia ò deseos de tomarlo.

„Si no obstante estas precauciones, continúa Hervas, los dientes no aparecen y viene calentura al infante, convendrá, dice Paré, hacerle una pequeña incision para facilitarle la salida de los dientes. El mismo Paré, añade, por estos motivos debió hacerla en sus hijos, pues mueren algunos por no poder echar fuera los dientes." Pero Luis Mercado previene que no se proceda inconsideradamente à poner las manos en ellos aúnque se observe bastante dolór y otros accidentes, ni se crea siempre que todos los accídentes y males que aparecen al tiempo de echar los dientes, provienen de ellos, de lo que resulta atormentarlos mucho sin aliviarlos. Es muy cierto, continúa, que si èstos males crecen hasta el punto de postrarles las fuerzas, no es menos peligroso negarles los auxîlios, que el perdér inutilmente el tiempo en ablandarles las encías.

Prescribe ultimamente que pues en el uso de remedios exterióres no hay ningun riesgo, sería conveniente vigorár al infante con algunos fomentos hechos con malvas, viólas, y lechuga cocidas, y mezcladas con aceyte de almendras dulces ò con aceyte rosado, ò tambien cocidas con una poca de cera. Tambien les sirve de mucho consuelo, dice, un linimento hecho de miel y enxundia de gallina puesto al cuello ò cervíz de los niños: y mas que todo aprovecha deshacer bien la cabeza de liebre, y frotár con ella las encías, y en su defecto con el cclebro de cabrito ò de gallina.

Para

Para la salida de las muelas y de los colmillos (en cuyo tiempo regularmente ya no maman) encarga Betzki que se les de el pan en trocitos muy menudos, y que debe hacerse lo mismo con qualquiera otro alimento sólido que se les de. Cuidese sobre todo, añade, que no coman ni beban cosa muy caliente, y èsta observacion es utilísima en todas las edades. Los alimentos mas saludables para ellos, prosigue, son el pan, la buena sopa, la leche y algo de legumbres cocidas. Se les debe hacer abstenér de todo àgrio, de ensaladas crudas y frutas, de manjares dulces, y de toda especie de confitura, y mucho mas de picantes. Asimismo de bebidas ardientes, como vino, agüardiente y otros licores fuertes. Esto se consigue, concluye, estando siempre atentas sus madres ò nodrizas, y presenciando los alimentos que se les administran.

Lo que principalmente debe observarse en este punto es el cuidado de que no padezcan las encías, porque si sufren demasiado, se corrompe ò falta la semilla de los dientes y no salen, ò si han salido no se mudan. Por esta razon se debe tenér cuidado quando se mueven ò están para caérse de no arrancarlos con violéncia, porque se puede dañár la semilla dentál, en cuyo caso no saldrán otros. Suele haber mucho descuido en remediár los males de dientes ò encías que padecen los niños, y la experiencia en casos prácticos y funestos nos dice que no se debe despreciár ninguno de dichos males, pues el menór causa la pérdida de los dientes, que afèa la boca, priva de comér muchas cosas sanas y convenientes à la salud, impide hablár con claridad, y hacer bien la primera digestion del alimento que se efectúa en la boca con la masticacion.

Perjuicios que se siguen de no cuidár de la limpieza de la boca de los niños.

Con-

Conviene pues mucho tenér cuidado de que los niños tengan muy límpia la boca, dientes y encías, porque sucede con freqüencia que se unen à èstas y à los dientes partículas viscosas de los manjares, cuya union impide la delicada transpiracion y circulacion de los humóres de las encías, y resulta la corrupcion y excrecéncia de ellos. En este caso el menór mal que se origina es la caída de los dientes, porque otras veces resulta escorbuto, lo que sucede si en la circulacion de la sangre se han introducido tantas partículas pùtridas de las encías que han bastado para alterár la masa de los humóres.

Para evitár estos daños se tendrá cuidado que los niños se acostumbren à enjuagarse la boca despues de haber comido, y à limpiarse algunas veces los dientes con unos cepillejos pequeños, y no con mondadientes, y menos con agujas ò alfileres. Tampoco se les permitirá mascár huesos de frutas ni roér hueso alguno, porque todas estas cosas yeren las encías y quebrantan el esmalte de la dentadura. Tambien les perjudica el uso freqüente de comér cosas dulces.

RESULTAN LAS REGLAS SIGUIENTES.

1.ª *Como los dientes no son necesários para el primer alimento del infante que es la leche, no salen hasta que el infante se va disponiendo para usár de los alimentos sólidos.*

2.ª *La primera salida de los dientes se hace regularmente desde los siete meses hasta los diez ò doce, la de los colmillos al año, y las muelas no acostumbran à estár fuera hasta los dos años.*

3.ª *La primera salida de los dientes es dolorosa, porque como son aún mas sólidos y duros que los demás huesos, molestan necesariamente y causan dolór y otros accidentes al rompér la carne de las encías; pero la segunda que comunmente se hace à los siete años, no es ya dolorosa ni causa los mismos efectos, porque encuentra ya las encías agujeradas por la primera salida de los anteriores.*

4.ª *Las señales que preceden à la primera salida de los dientes, son ardór en la boca, inflamacion de las encías, ponerse èstas roxas y despues blancas, desasosiego y llanto en el infante, llevarse èste contínuamente las manos à la boca, echár muchas babas: y algunas veces le resulta fiebre, diarréa, tós, vigilia y otros accidentes que excita el dolór.*

5.ª *El corregir la fiebre y demás accidentes pertenece à la medicina.*

6.ª *Para ablandár las encías à fin de que con mas facilidad y menos dolór puedan romper los dientes, la práctica comun aprobada por muchos Autores acreditados, es el uso de chupadores de marfil ò de cristál bien redondeàdos y sin ninguna esquina.*

7.ª *Algunos reprueban el uso de dichos chupadores y de qualquiera otro cuerpo duro, porque oprimen las encías de modo que las endurecen mas en lugar de ablandarlas, asi como las endurece todo alimento sólido y duro: y aconsejan en lugár de los referidos chupadores una corteza de pan, de regalíz ò de malvavisco, ò de otro cuerpo semejante.*

8.ª *Si se usáse para este efecto de la corteza de regaliz ò de malvavisco, se debe observár si al infante se le mueve el vientre, ò si tiene fastídio à la comida, en cuyo caso debe sustituirse la corteza de pan.*

9.ª

9.ª *Si el dolór continúa y no apuntan los dientes, deben usarse lenitivos simples y no frios. La manteca fresca, la miel y el cremor de la leche son apróposito para ablandár las encías; pero algunos opinan que las mas veces se pierde el tiempo en ablandár las encías, las quales con ninguna cosa se ablandan mas presto ni con mas seguridad que con la misma humedad, de que abunda la boca de los infantes en aquel tiempo.*

10.ª *El tiempo de echár los dientes exîge mucho cuidado, y asi el infante debe estár en dieta y bebér bien: los alimentos crasos y groseros ponen en riesgo su vida.*

11.ª *La madre ò nodriza debe conducirse en quanto à su alimento como si tubiése calentura. El uso de cosas frescas es muy conveniente.*

12.ª *Conviene al infante el caldo del pollo mezclado con migas de pan bien desechas y remoxadas, dándole èste alimento dos veces al dia, y observando si lo digiere bien, lo que se conoce si arroja bien cocido el excremento.*

13.ª *Si no obstante estas precauciones los dientes no aparecen y viene calentura al infante, quieren algunos se le haga una pequeña incision en las encias para facilitár la erupcion de los dientes, y asi lo hizo el célebre médico Paré con sus hijos; pero cuidese mucho de no executár èsta ni otra operacion de cirugía inconsideradamente, pues muchas veces se les atormenta y no se les alívia. Solamente se debe echár mano de èstos auxîlios quando el infante está en riesgo manifiesto de perecér por no podér echár los dientes.*

14.ª *A la salida de las muelas y colmillos se les debe dar el pan y qualquiera otro alimento sólido en trozos muy menudos, y cuidar que no coman ni beban cosa muy caliente: prevencion utilísima à todas las edades.*

15.ª

15.ª *Los alimentos mas saludables son el pan, buena sopa, la leche y algunas legumbres cocidas; pero les es perjudiciál todo ágrio, ensaladas crudas, frutas, y manjares dulces, toda especie de confitura y mucho mas los picantes.*

16.ª *Asimismo deben abstenerse de todas las bebidas ardientes, como vino, agüardiente y licores fuertes.*

17.ª *Importa el cuidár que no padezcan mucho las encías para que no se corrompa la semilla de los dientes, porque si sucede èsto, ò no saldrán, ò si han salido no se mudarán.*

18.ª *Al mudarse los dientes à los siete años, no deben tirarse aúnque se muevan, ni ser arrancados con violéncia, porque puede dañarse la semilla dentál.*

19.ª *No haya descuido en remediár presto los males de dientes y encías que padecen los niños, pues la pérdida de los dientes aféa la boca, priva de comér muchas cosas, impide hablár con claridad, y el masticár bien la comida, cosa muy importante à la salud.*

20.ª *Cuidese de que tengan siempre muy limpia la boca, dientes y encías, pues de lo contrário resultan muchos males y puede seguirse el escorbuto.*

21.ª *Para evitár estos perjuicios se debe acostumbrar à los niños à enjuagarse la boca despues de haber comido, y à limpiarse algunas veces los dientes con cepillejos pequeños, pero no con mondadientes, y mucho menos con agujas ni alfileres.*

22.ª *No se les permita comér cosas dulces, ni menos mascár huesos de frutas, ni roér hueso ninguno, porque èstas cosas yeren las encías y quebrantan el esmalte de la dentadura.*

§. II.

Tiempo en que los infantes empiezan à caminár.

Es opinion casi común el que los infantes no deben empezár à caminár hasta despues de cumplidos los nueve meses, porque los músculos de sus piernas no tienen antes de esta edad la fuerza necesária para sostenér el peso del cuerpo, y así podria resultár alguna lesion en ellos.

Los infantes deben ensayarse à caminár mucho antes de la primera calzadura.

Es un errór confundir el tiempo de empezár à caminár con el de la primera calzadura, debiendo èsta ser muy posteriór à los ensayos que deben hacerse para que el infante vaya fortificando sus piernas, y se ponga en disposicion de andár por sí solo, hasta cuyo estado no se le debían poner médias ni zapatos: en una palabra, el ensayarlo à caminár procurando que se le fortifiquen las piernas y se ponga en estado de andár por sí solo, se debe hacer lo antes que sea posible: el sacarlo de mantillas y ponerle la primera calzadura, no debe hacerse hasta que deba caminár por sí solo.

Ventajas que se siguen de esta práctica.

De no ponerles médias ni zapatos hasta que supiesen caminár resultarían muchos bienes, pues se harian mucho mas fuertes sus pies y aprenderían mas presto à andár y con mayor ligereza: sus piernas y todos sus miembros serían mas proporcionados, cuya proporcion se perjudica muchas veces por empezár à caminár con los pies envueltos en las médias y zapatos: las médias especialmente son muy incómodas para los infantes en aquella edad, porque como se orinan en ellas à cada instante tienen casi siempre las piernecitas moxadas sino se les mudan à toda hora.

Mr.

Mr. Betzki quiere que se les vaya ya probando à andár muy suavemente desde que les apuntan los primeros dientes, y despues dice que para fortificarles los pies se les descalzará à menudo y se les afirmará sobre ellos todo el tiempo posible, teniéndolos al ayre desde la mañana hasta la tarde; pero à mi me parece que sería mucho mejór y mas cómodo el procurár fortificarles los pies antes de calzarlos, y no ponerles médias y zapatos hasta que los tengan fortificados, que no el descalzarles à menudo haciéndoselos tenér al ayre desde la mañana hasta la tarde.

Por consiguiente convendría antes de calzarlos hacerlos sostener freqüentemente sobre sus pies è industriarlos à dar algunos pasos, poniéndolos derechos en sítio en que sin peligro de lesion alguna puedan hacer èstos primeros ensayos. Se cree comunmente que los infantes que tienen las piernas débiles, especialmente si las tienen impedidas ò torcidas, no deben ensayarse tan presto à caminár; pero la experiéncia enseña constantemente que las piernas toman fuerza y vigór y se enderezan con el exercicio, en lugar de que el no uso ò falta de exercicio hace empeorár el mal de cada dia. Ha de ser el infante muy débil y enfermo para que no pueda caminár por sí solo al año si se le dirige bien.

No es inconveniente para este uso el que tengan las piernas torcidas, antes por el contrário les es mas útil.

Los cordones que asidos à sus espaldas llaman andadores, no enseñan à caminár, y solamente sirven para aliviár el trabajo à las nodrizas. Los infantes que son llevados de esta manera fluctúan ò vacilan à uno y à otro lado, y no se tienen firmes sobre sus pies, están como colgados en ellos: situacion incómoda y perjudiciál que les tira hácia arriba los brazos y las espaldas, y por consiguiente les hace doblár violentamente el cuér-

Los cordones que llaman *andadores* les son inútiles y aún perjudiciales.

po, y puede alterar facilmente la chuecas tiernas del espinazo. Por esta razon aún quando se usáse de ellos deberìa ser teniendo à los infantes lo preciso para que no caygan; pero nunca sosteniendo su cuerpo con ellos, como se hace imprudentemente.

Ninguna cosa, dice Betzki, es mas própia para excitárlos y que aprendan à andár, que ponerlos en andadores de madera, pues dexándolos así, ellos se enseñan por sí mismos. Importa hacerles entendér desde luego que ellos lo deben hacer por si mismos y sin otro auxilio, y estarán menos expuestos à caér sino confian en socorro ageno. Es indudable que aprenderán antes à caminár y entrarán en estado de andár por sí solos à proporcion del exercicio, que es el médio primero y principal de fortificár sus piernas.

El movimiento y exercicio contínuo que los niños apetecen naturalmente, no se debe impedir, sino auxiliár.

„El movimiento, dice Hervas, es sano y necesário à las criaturas, las quales experimentan un beneficio muy particulár en la circulacion de la sangre, y por esto sienten en si propension contìnua y naturál para moverse.“ Esta propension se manifiesta bien desde que empiezan à dar los primeros pasos, desde cuyo tiempo se les observa deseósos de andár y estár en contìnuo movimiento, volviendo y revolviéndose hácia todos los objetos que los rodéan, anhelando tocarlos y manejarlos. Esta extrema vivacidad ha sido dada por el Autor de la naturaleza à èsta edad para un fin sábio. El hombre tiene mucho que aprendér en los tres primeros años de su vida, y así es que à proporcion que se adelanta en edad, èsta actividad se amortigüa, se estrecha y se concentra, de suerte que la vivacidad de espíritu que brilla en los infantes y que parece animár todo lo que los rodéa, se templa en la edad madura, parando ultimamente en

aque-

aquella fria tranquilidad que acompaña la vejéz.

Es pues menestér dar un libre curso al espìritu activo de los infantes, y permitir à su inquieta curiosidad entera libertad sobre todos los objetos que atraygan su atencion. Que vayan y vengan, y obren sin cesár. Este exercicio contìnuo aumenta sus fuerzas, los hace crecér y vigorarse, adelgaza sus humores y fortaleze sus piernas. Se les debe familiarizár desde que empiezan à caminár con toda espécie de objetos, y aún animarlos à que se acerquen à ellos desde que puedan executarlo por sì mismos, aúnque sea apoyados de sus manos y rodillas, pues es ridiculìsima la preocupacion de los que creen que un infante dexado solo caminarìa con pies y manos, ò à gatas como se acostumbra à decir, sin reflexîonár que la misma constitucion fisica de sus piernas y manos, y la disposicion de su organizacion corporál lo obligarìan à levantarse en sentirse fortificado, para exercer sin violéncia sus funciones corporales.

El tacto es el único sentido que puede en aquella edad darles idéas justas de la figura y situacion de los objetos, y asì es preciso no solamente permitirles sino excitarlos à que los toquen, muevan y menéen. No puede haber exceso en acostumbrarlos muy presto à hacer uso de èste sentido y aplicarlo à todas las cosas que les acomode, lo que ciertamente no podrán executár si están siempre sobre los brazos de la nodriza hasta que puedan caminár solos.

En la primera edad la naturaleza no desenvuelve las facultades del espíritu del hombre, que como su obra principal tiene un progreso muy lento: asi es que la fuerza de la imaginacion, las afecciones y los progresos de la razon no se manifiestan hasta despues y por el orden

que

que acabo de expresár, y mas tarde que todas el gusto que es la perfeccion del sentimiento y de la razon. Ella aparece en los primeros años ocupada enteramente en la perfeccion de los órganos. Uno de los principales médios de que se vale para perfeccionarlos, es el principio activo, ò digamos petulante actividad, que hace que los ínfantes no estén contentos ni alegres sino en el movimiento.

RESULTAN LAS SIGUIENTES MAXÎMAS.

1.ª *Es un errór confundir el tiempo de empezár los infantes à caminár con el de su primera calzadura.*

2.ª *El ensayarlos à caminár debe hacerse lo antes que sea posible, y siempre que sin lesion alguna puedan sus piernecitas sostenér el peso del cuerpo.*

3.ª *Deben empezár à caminár por sí solos antes de ponerles las médias y zapatos, con cuya práctica se harán mucho mas firmes sus pies, aprenderán muy presto á andár y con mayor ligereza, y todos sus miembros se harán mas proporcionados.*

4.ª *Las médias son muy incómodas para los infantes en aquella edad, porque como se orinan à cada momento, tienen casi siempre las piernas moxadas sino se les mudan à toda hora.*

5.ª *Conviene industriarlos quanto antes à sostenerse sobre sus pies y dar algunos pasos siempre que se conozca en ellos disposicion para poderlo hacer sin perjuicio.*

6.ª *No se omita èsto porque el infante tenga las piernas torcidas ò aparezcan impedidas, porque el exercicio les da fuerza y vigór, y aún las endereza en lugár de que el no uso empeóra el mal.*

7.ª *Ha de ser el infante muy débil y enfermo para bi-*

que no pueda caminár por sí solo al año si se le dirige bien.

8.ª *Los cordones que llaman andadores son inùtiles y perjudiciales : inùtiles porque no le enseñan à caminar ; antes bien como el infante se ve asegurado de ellos fluctúa hácia todos lados sin tenerse firme sobre sus pies : perjudiciales porque tiran hácia arriba los brazos y espalda del infante , y le hacen doblar violentamente el cuerpo , pudiendo facilmente alteràr las chuecas del espinazo.*

9.ª *Por la razon dicha si se usase de los andadores, se cuidarà de tener solamente al infante lo preciso para que no cayga ; pero nunca sosteniendo su cuerpo con ellos como se hace imprudentemente.*

10.ª *Son mucho mejores los andadores de madera en donde ellos se enseñan por si mismos sin ningun riesgo.*

11.ª *Importa hacerles entender desde luego que ellos lo deben hacer por si solos , y estarán menos expuestos à caér sino confian en socorro ageno.*

12.ª *El médio mas eficáz para fortificár sus piernas y caminár antes por si solos es el exercicio , pues à proporcion del exercicio que se les haga hacer , tendrán antes la fuerza necesária para caminár por si solos.*

13.ª *El movimiento es sano y necesário al infante , y de èl le resultan muchos bienes , y entre ellos la buena circulacion de la sangre : y por èsto sienten en sí propension contìnua y naturál para moverse , como se denota por la alegria y regocijo à los primeros pasos que dan , y el deséo que manifiestan de andár y moverse contìnuamente hácia todas partes.*

14.ª *Es necesário auxîliár èsta propension naturál y excitarlos à que vayan y vengan y obren sin cesár mientras lo deséen , con cuyo exercicio crecen , aumentan sus*

fuer-

fuerzas, adelgazan sus humóres y fortalezen sus piernas.

15.ª *Es el tacto el único sentido que puede entonces darles justas idéas de la figura y situacion de los objetos, y así no puede haber exceso en acostumbrarlos muy presto à hacer uso de èste sentido y aplicarlo à todos los objetos que les acomode, lo que no podrán hacer si están siempre sobre los brazos de la nodriza.*

16.ª *La naturaleza no desenvuelve hasta muy tarde las facultades intelectuales del hombre, que es su obra principál, y solamente se ocupa en aquella edad en la perfeccion de los órganos, y uno de los principales médios de que se vale es el movimiento y exercicio contínuo.*

§. III.

Los baños de agüa naturál en las piernas de los infantes son otro médio excelente para fortificarlas.

„Los baños de agüa natural, dice Hervas, son excelentes para fortificár los nérvios, y no serían tantos los viejos que por debilidad de piernas no pueden caminár si èstos baños se hicieran comunes en la infáncia.“

Nuestro luxo excesivo nos ha privado de la fuerza y de las ventajas que la naturaleza nos habia dado para vivír sin dolór baxo el clima en que hemos nacido, y nos ha dado en cámbio las enfermedades de otros climas. Nuestro afeminado método de educár los infantes nos ha sujetado especialmente à una sensibilidad extrema del género nervioso, que es una fuente fecunda de enfermedades, y que nos quita al mismo tiempo el valór necesario para sufrirlas.

Como los padres y madres y demás personas, à cuyo car-

cargo está la educacion fisica y custódia de los infantes, sienten qualquiera moxadura en las piernas, ò qualquiera otra parte del cuerpo que no sea la cara ò las manos, y les molesta extremamente la frialdad del agüa naturál, juzgan que ha de sucedér lo mismo en el infante, y aún que ha de ser mayor su sensibilidad y le ha de hacer mas grande impresion por su mayor ternura y delicadeza, y no faltarán madres que presuman que esto sería matár à sus hijos; pero no reflexîonan que la extrema sensibilidad y moléstia que los ya adultos experimentan, consiste en la educacion que se les ha dado, y no haberlos acostumbrado à ello desde la infancia, en cuyo caso sucedería lo mismo en las piernas que en la cara y manos, que han adquirido el hábito de moxarse diáriamente sin moléstia ni incomodidad alguna.

Nadie sabe hasta que punto puede endurecerse el cuerpo humano como se empieze desde niño, y se le acostumbre por grados à sufrir la intempérie de las estaciones. Nada hay à que el cuerpo no se habitúe antes de haber tomado una cierta consisténcia: ninguna cosa hay que no pueda tentár sin riesgo; pero quando ha llegado ya à su perfecto crecimiento toda mutacion es peligrosa. La delicadeza de la educacion moderna destruye todos los principios de vigór, de flexibilidad y de agilidad con que nacemos. Las naciones bárbaras à pesár de la muchedumbre de costumbres absurdas y contrarias à la naturaleza que siguen, no están sujetas à tantas enfermedades como nosotros, porque su constitucion robusta es capaz de sufrír todos los excesos. En otra parte diximos que las mugeres que habitan el Isthmo de América, se arrojan sin peligro ellas y sus infantes en

el agüa fria luego que acaban de parir. Todas las enfermedades que resultan de pasar repentinamente de lo caliente à lo frio, y de lo frio à lo caliente, no son conocidas sino de las naciones civilizadas.

Los antigüos Romanos quando iban al alcance de sus enemigos, pasaban cubiertos de sudór qualquiera rio nadando, sin resultarles ningun perjuicio en su salud. Los Indios hacen ahora lo mismo en sus cacerías. Una educacion semejante à la suya nos pondría en estado de hacer lo mismo. Las precauciones excesivas que toma nuestro método de educár los infantes para preservarlos de toda intempérie, no hacen otra cosa que hacerlos mas sensibles y expuestos à muchas moléstias y enfermedades que para nosotros son ya irremediables; ni podemos libertár de ellas à la generacion venidera sino procurando endurecerlos con tiempo. Tenemos buena prueba de ello en la vigorosa constitucion de los niños, à quienes se ha acostumbrado desde el principio à bañar en agüa fria, y en tantos como vemos que corren las calles contínuamente sin zapatos, sin médias y casi desnudos en todas las estaciones del año. La naturaleza no ha hecho país demasiado frio para sus habitantes.

„ Conviene, dice Locke, lavár los pies à los niños diáriamente en agüa fria:::: El cuidado de su salud debe mover à las madres y nodrizas antes que todas las consideraciones, y para conservarla deberían emplearse diez tantos mas de tiempo si fuese necesario. El que reflexione sériamente que el humedecerse los pies suele ser una cosa mortál y peligrosa quando se nos ha educado con delicadeza, estoy muy seguro que desearia haber andado en su primera edad con los pies desnudos, como sucede à los niños del baxo pueblo, que por este mé-

médio se han acostumbrado à sufrir la humedad en ellos, de tal suerte que no tienen mas riesgo de resfriarse ni padecér otra incomodidad moxándose los pies que lavándose las manos.

¿De donde puede provenir, pregunto, la grande diferéncia que se advierte en orden à èste punto entre las manos y los pies de los demás hombres sino de la costumbre? Estoy muy persuadido que si desde el principio se acostumbrase à un hombre à traér los pies siempre desnudos, y al contrario las manos envueltas en buenas pieles y cubiertas siempre con güantes (que llaman los Holandeses zapatos de las manos), sería tan peligroso para èste hombre el meter las manos en el agüa como lo es ahora para otros muchos el humedecerse los pies:: Conozco à un niño, dice despues, que durante el invierno se ha lavado los pies todas las noches con un feliz suceso, sin que por el mucho frio haya dexado de hacerlo una sola, de forma que en tiempo en que el agüa estaba cubierta de yelo, metía èl mismo los pies y las piernas à pesàr de que no estaba en edad de poderlas limpiar ni enxugar por sí solo.

Mas como el grande objeto que se propone en esta ocasion es fortalecér èstas partes del cuerpo con el uso freqüente del agüa fria, para prevenír los inconvenientes à que están ordinariamente expuestos los que educados de otra suerte se moxan los pies por casualidad, creo se puede dexár la libertad à los padres de elegír la noche ò la mañana segun lo hallen conveniente ò les parezca mas cómodo. El tiempo me parece indiferente con tal que la cosa se haga constantemente todos los dias. Si no se pudiese comprár sino à un precio mas considerable el grado de robustéz y sanidad que se adquiri-

ría por este médio, no habria motivo sin embargo para arrepentirse de la compra: y sí añado que èsta práctica les preservará igualmente de los callos de los pies, sin duda muchos la hallarán muy ventajosa.

Método de hacer los baños.

Finalmente el tiempo en que debe principiarse à lavar los pies à los niños, es en la primavera. En el principio se hará uso del agüa tíbia: despues se servirá de otra mas fria, y se seguirá aumentando la frialdad por grados hasta que en pocos dias se llegue à empleárla totalmente fria. Entonces se continuará sin interrupcion con ella en invierno y en verano, porque así en esta mutacion como en todas las demás que miran à nuestro método ordinario de vida, es preciso caminár por grados insensibles, acostumbrandose de esta suerte à todo nuestro cuerpo sin riesgo ni trabajo alguno."

Se objeta despues lo extraño que parecerá à las madres el bañar diáriamente con agüa fria los pies à los infantes, y que creerán que será èsto hacerlos perecér: por cuyo motivo demuestra los buenos efectos de esta práctica y que èste uso no tiene nada de arriesgado, con exemplares, sin los quales, dice, raramente se presta el oído à las razones mas evidentes. Seneca nos dice (carta 57) que estaba acostumbrado à bañarse en el rigór del invierno con agüa de la fuente del todo fria. Si Seneca no hubiese creido esta costumbre no solo soportable sino útil para gozár una salud robusta, no se hubiese sujetado à ella, mayormente quando habia sido educado con unas conveniencias que podían sostenér el gasto del baño tíbio, y se hallaba en una edad tan abanzada que podia autorizár las mas grandes delicadezas. Y si se replica que se empeñaría en èsta austeridad rigurosa por el Estoicismo, resta saber porque su

sa-

salud se acomodaba tambien à esta práctica, que es lo que nos asegura positivamente.

Horacio que no se apasionaba por ningun partido, nos dice (Epist. lib. 1. Epist. 15. v. 4.) que se bañaba en agüa fria en la mayor aspereza del invierno. En Alemania y en Polonia, países mucho mas frios, hay muchas personas de ambos sexôs que se bañan en los rios en todas las estaciones del año. En Irlanda bañan los padres à sus hijos no solamente los pies sino todo el cuerpo sin perjuicio ninguno en su salud. En las montañas de Escócia bañan las Señoras à sus hijos en agüa fria en lo mas riguroso del invierno à pesár de que está cubierta de yelo muchas veces. Y generalmente hablando el mundo está lleno de los maravillosos efectos que en personas aún del temperamento mas delicado producen diáriamente los baños de agüa fria sobre constituciones débiles y quebrantadas, que han logrado por este médio restablecerse y vigorarse. Por consiguiente cree Locke que no hay inconveniente para que aquellos que se hallan en un mejór estado, puedan tolerár esta especie de baños, y que èstos sirven igualmente para robustecér el temperamento.

Efectos saludables de los baños de agua fria.

Me parece ocioso hacer reflexîones sobre lo que dice con tanta claridad este sábio escritór, pues si los baños de agüa fria producen tan admirables efectos para fortalecér los nérvios, robustecér los cuerpos y aún restablecerse y vigorarse personas débiles y quebrantadas, y sin que hayan experimentado ningun perjuicio las que no los tenían acostumbrados desde su tierna edad, ¿quanto mas sanos, saludables y menos arriesgados serán en los que los usen acostumbrados à ellos desde la infáncia?

„Los baños, dice Betzki, son à todos de la mayor uti-

li-

lidad, consolídan los cuerpos, producen admirables efectos sobre los nérvios, preservan de las enfermedades cutáneas y curan otras muchas." Los infantes, pues, son los que principalmente necesítan de consolidár sus cuerpos, fortalecér sus nérvios y libertarse de las enfermedades cutáneas à que está expuesta su edad, y por consiguiente los que deben usarlos desde el tiempo en que se trata de fortalecér y vigorár sus piernas para caminár, observando para su execucion el método que prescribe Locke, que no puede ser mas suave, prudente y moderado.

RESULTAN LAS MAXÎMAS SIGUIENTES.

1.ª *Los baños de ogüa naturál en las piernas de los infantes son excelentes para fortificarles los nérvios, y no serían tantos los viejos que por debilidad de piernas no pueden caminár, si èstos baños se hicieran comunes en la infáncia.*

2.ª *Los baños son à todos de la mayor utilidad, consolidan los cuerpos, producen admirables efectos sobre los nérvios, preservan de las enfermedades cutáneas y curan otras muchas, y entre ellas preservan de los callos de los pies.*

3.ª *Nuestro afeminado método de educar los infantes nos ha sujetado especialmente à una sensibilidad extrema del género nervioso, que es una fuente fecunda de enfermedades.*

4.ª *Este mismo método nos priva de la fuerza y vigór que la naturaleza nos habia dado para vivir sin dolór baxo el clima en que hemos nacido, y destruye todos los principios de flexibilidad y agilidad con que nacemos.*

5.ª *La mayor parte de las moléstias è incomodidades que padecen los adultos, provienen de los malos hábitos contraídos desde la infáncia, los quales son ya irremediables despues que el cuerpo ha llegado à su perfecto crecimiento, despues de cuyo tiempo toda mutacion es peligrosa.*

6.ª *Todas las enfermedades que resultan de pasar repentinamente de lo caliente à lo frio y de lo frio à lo caliente, no son conocidas sino de las naciones civilizadas, por el demasiado luxo con que se crian en ellas los niños.*

7.ª *Son muchas las enfermedades, moléstias y riesgos de que libertaremos à la generacion venidera si procuramos endurecér à los infantes con tiempo, lo que se demuestra de la fuerza, agilidad y robustéz que podemos observár en los que se han criado sin médias ni zapatos y andan las calles casi desnudos. Nada hay à que el cuerpo no se habitúe antes de haber tomado una cierta consisténcia.*

8.ª *El infante que desde el principio se habitùa à moxarse los pies todos los dias, no tendrá mas riesgo de resfriarse ni de padecér otra incomodidad moxándose los pies que lavándose las manos.*

9.ª *Si se acostumbrase à un niño desde la infáncia à traér los pies siempre desnudos, y las manos cubiertas con güantes, sería tan peligroso para èl metér las manos en el agüa, como lo es abora para otros muchos el humedecerse los pies.*

10.ª *Si la experiéncia acredita los buenos efectos que experimentan los infantes de bañarse diàriamente las piernas en paises de clima muy frio, ¿quanto menos arriesgada será esta práctica en un clima templado como el de España?*

11.ª *Si à personas que no se han acostumbrado à los baños de agüa fria desde niños, y aún siendo de constituciones débiles y quebrantadas les producen buenos efectos y les restablecen su salud, ¿quanto mas robustecerán y vigorarán los cuerpos de los que los usen desde su infáncia?*

12.ª *Es indiferente que el baño se haga por la mañana ò por la tarde como se haga en todos los dias.*

13.ª *El tiempo en que debe principiár à bañarse las piernas de los infantes, es en la primavera, y así si empezasen à caminár en èsta estacion, deben comenzarse entonces los baños; pero si empezase à caminár en otro tiempo, no se deben empezár los baños hasta que llegue la primavera.*

14.ª *Al principio se harà el baño en sus piernas con agüa tíbia, despues se harà uso de otra mas fria, y se seguirà aumentando la frialdad por grados hasta que se llegue à empleàr el agüa naturàl.*

15.ª *Llegando ya à empleàr el agüa naturàl, se continuarà sin interrupcion con ella en invierno y en verano.*

§. IV.

Primera calzadura del infante.

„ En orden à los vestidos del infante, dice Hervas, por regla generál conviene ponér pocos y ligeros, tanto de dia como de noche::: El peso de los vestidos y el calór de los aposentos son la causa común de los resfriados de los infantes.

Sale el niño, dice despues, de la prision de las faxas, y entra en el potro de la cotilla formada de leños, huesos y hierros. ¿Este bárbaro modo de obrár conviene con

con el suave y discreto de la naturaleza? El filósofo que observa èsta, y en ella descubre y ve de bulto la sábia y admirable providencia que la gobierna, convirtiéndose despues à contemplár el modo con que à la naturaleza corresponde la indústria de los hombres, se admíra de la ceguedad y obstinacion de ellos.

La naturaleza con su dulce y suave obrár nos presenta los niños sanos y robustos, y el duro y violénto obrár de los hombres con faxas y ataduras, cotillas &c. destruye en los infantes la sanidad y robustéz." Pasa despues à las deformidades que ocasiona el uso de las cotillas en los cuerpos, los achaques de pecho y estómago, las malas digestiones, humores viciados, el impedir la accion de las fibras, el curso libre del xugo nutritivo y debido crecimiento de los miembros, y añade la dificultad ò imposibilidad que tienen algunas madres para criár à sus hijos, y los muchos abortos que provienen de la mala organizacion de los cuerpos.

Perjuicios que resultan del uso de las cotillas y corsés.

La misma experiéncia nos manifiesta contínuamente à nuestros ojos lo perjudiciál y nocivo de nuestro método actuál. Si reflexîonamos un poco lo que sucede con la mas bella mitad de la espécie humana por la forma de los vestidos, nos convenceremos de que deformamos y echamos à perder con los vestidos estrechos el talle de las mugeres en lugár de hermoseárlo. Pensamos que el talle y gentileza de una señorita no está perfecto como lo ha hecho la naturaleza, si no lo arreglamos y mejoramos con el arte: y creemos darle elegáncia à un cuerpo de por sí hermoso, poniéndole en tortura dentro de una máquina asesina y destructóra que llamamos cotilla, sin que haya otro fundamento para èsta preocupacion dañosa que el hábito y costumbre que han

adquirido nuestros ojos por verles así toda la vida, lo qual es el mismo fundamento que tienen los Chinos para persuadirse que el pie de una muger ha llegado al último grado de perfeccion, quando se le ha disminuido la tercera parte de su grandeza naturál (1), y el mismo que tienen los Africanos para la idéa que han concebido de la hermosura de la narìz: èsta debe ser segun ellos lo mas chata que sea posible, y para hacerla tál, la aprietan, quebrantan y machacan hasta casi destruirla enteramente. Nosotros nos reímos de la cruél estupidéz de estos bárbaros; ¿pero nò se pueden reír ellos igualmente de nosotros en quanto à otros procedimientos nuestros muy semejantes à los suyos?

¿No pueden decirnos que nosotros estrechamos y comprimimos la cintura, vientre y espaldas de las niñas hasta desfigurar el talle que les dió la naturaleza, persuadidos de que el mejór y mas ayroso es el que les da

(1) „ He visto hace poco tiempo, dice Locke (educ. de los infan. tom. 1. cap. 2. pag. 27 de la trad. Española), un par de zapatos de una muger de la China que eran excesivamente pequeños para otra de su edad entre las nuestras, tanto que apenas tendrían la anchura suficiente para una niña pequeña. Se advierte por otra parte que las Chinas son de una estatura baxa y de una vida corta, al paso que los Chinos tienen la regulár de los demás hombres y viven proporcionadamente. Algunos atribuyen estas enfermedades de las mugeres de la China à que apretándose demasiado los pies con las ligaduras impiden la libre circulacion de la sangre, y perjudican à la sanidad y robustéz de las demás partes del cuerpo. No dexa de ser èsto verosímil, porque ¿quantas veces vemos que habiéndonos dañado un pie por un golpe ò una torcedura, la pierna y el muslo pierden su fuerza poco à poco, ni reciben mas el alimento ordinario y disminuyen insensiblemente? Si esto es así, ¿quantos mayores inconvenientes deben temerse quando el pecho, donde está colocado el corazon que es el principio de la vida, no tiene la libertad naturál por estár demasiadamente oprimido? “

da la cotilla? Este uso fatál produce muchas obstrucciones, opríme incesantemente el pecho, el vientre, y ocasiona infinitas enfermedades internas que hacen perecér una gran parte de la mas bella juventud. Lo peór es que se hace el cuerpo deforme en lugár de prevenír la deformidad. Parece que la naturaleza se venga de las torturas que se le hace experimentár. Hallándose el cuerpo oprimido y engarrotado, ha de resultár necesariamente que los esfuerzos de la naturaleza para crecér y desenvolverse, se han de dirigír irregulár y desigualmente hácia las partes en las quales encuentran menos resistencia: „además de que no puede haber sino desproporcion en los miembros, dice Locke (tom. 1. cap. 2. de la sanidad pag. 27), quando los alimentos preparados para las diferentes partes del cuerpo, à cuya nutricion están determinados, no pueden ser distribuídos segun el destino de la naturaleza: así no debemos admirarnos si el alimento introduciéndose donde pueda, es decir en qualquiera parte que no esté tan comprimida, sucede que una espalda ò un costado está mas elevado ò mas grueso que lo que la justa proporcion requiere.“

De aqui viene el haber tantas mugeres, cuyos cuerpos no están bien proporcionados en todas sus partes, y podrían advertír las madres al quitarse la cotilla sus hijas, que tienen casi todas las partes comprimidas, contusas y débiles, sin proporcion con las demás: asi es que de diez mugeres que traygan cotilla, apenas se encuentra una que sea perfectamente derecha, y cuyo cuerpo sea proporcionado en todas sus partes.

„Las mugeres Asiáticas, dice Ballexerd, tienen pecho y cintura incomparablemente de mayor garbo que las Européas sin el uso de las cotillas. Estas podrán cu-

brir los defectos y deformidades de quien los tenga, mas à quien no tiene deformidad alguna se la causarán probablemente. En Constantinopla se observa que los Turcos se distinguen fácilmente de los Griegos en la figura. No se ve Turco con corcoba ò raquítis, y èstos defectos se ven en muchos Griegos. Estos tienen comunmente el pecho mas angosto y las espaldas menos anchas que los Turcos. Estos y los Turcos viven en un mismo clima y ciudad, usan los mismos alimentos, y solamente se diferéncian en la perniciosa costumbre de las faxas y cotillas que aborrecen los Turcos."

„Si deben evitarse, dice Betzki, las faxaduras y envolturas apretadas de las criaturas, como está prevenido, mucho mas se han de evitár los justillos estrechos que les suelen ponér: èstos deben proscribirse absolutamente como abuso insensato que en vez de ayudár à la naturaleza la perjudica cruelmente. Todos los dias se experimenta que con tales justillos, cotillas y medias cotillas con que se estrechan los cuerpos, se dan golpes mortales à la salud de los niños y à la conformidad de sus miembros, haciendo enflaquecér unas partes y engruesando otras con una monstruosa deformidad, impidiendo tambien el curso de la circulacion. Es necesário proscribir en todos los sexôs y estados el bárbaro uso de vestidos angostos."

En quanto à la gorra de la cabeza, previene Betzki, que sea suave y blanda, y en forma de corona, pues no conviene que su ala vuele mas que la naríz. A los infantes que nacen en meses de invierno, se empezará à descubrir la cabeza en verano, dice Hervas, y no se les cubrirá sino en tiempos y lugares frios. La manera de vestirlos conduce no poco para criarlos sanos y ro-

bus-

bustos. Despues trataré del vestido de corto. Por ahora basta advertír que convendría hasta la edad de quatro ò cinco años usár del vestido talár ancho y holgado, que es el mas apropósito para que los miembros del cuerpo crezcan y se formen sin opresion alguna, y que si el infante es poco robusto debe traérlo hasta los seis ò siete años.

Vestido que les conviene en esta edad.

Los zapatos deben ser anchos y holgados: los estrechos no sirven sino para echar à perdér los pies y causár callos. La figura de los zapatos debía correspondér à la de los pies, como la de todos los vestidos corresponde à la figura de los miembros que cubren. „Un salvage, dice Hervas, que sin idéa de zapatos vea los que usamos, no creerá que sirven para los pies los que se usan en Europa. En èsta es común la moda de zapatos piramidales ò puntiagudos, la qual ciertamente no corresponde con la figura de los pies. Los miembros del cuerpo humano por su figura tienen su própia hermosura naturál, y la preocupacion encubre esta hermosura con la diversa figura que da à los zapatos. (¿Que diría ahora Hervas si viese la figura de los que traén en el dia los Currutacos?) Los efectos de la preocupacion son dolorosos y comunes en las personas grandes, la razon pide que se precavan en los infantes.“ Hace de nuevo mencion de las mugeres de la China que por la pequeñéz de sus zapatos no pueden caminár sino despacio y con gran trabajo, y añade: „La política de los Chinos antigüos (probablemente fué del gran político Confúcio) inventó èsta moda para que las mugeres se reduxesen à estár siempre en casa, y el efecto ha hecho ver la utilidad de la política, pues las mugeres Chinas están siempre encerradas en lo mas interiór de la casa,

y

y se tiene por muger libre la que se dexa ver, y aún la que puede caminár sin dificultad.

Si las mugeres Européas no quisieren abrazar la moda del encierro de las Chinas, que sería muy provechoso en lo moral, deberán dexar crecer sus pies, ya que la grandeza natural de ellos es parte de la hermosura en la fabrica corporal, y sirve para hacerla mas estable. La proporcion entre la altura y anchura de las columnas (que son el mas hermoso adorno de la Arquitectura) se ha tomado de la proporcion que hay entre la longitud del pie y la altura del cuerpo humano. Sería ridículo el cuerpo de Arquitectura, en que no se observase la proporcon debida entre la anchura y la altura de las columnas, y el error de los hombres halla hermosura en la desproporcion entre la longitud de los pies y la altura de la fábrica del cuerpo humano. ¿Este modo de pensar prodrá llamarse própio de racionales.?"

Perjuicios que se siguen del mal método de calzár à los infantes.

Podrá añadirse para mayor convencimiento que si se observase el arrugamiento, tortura y fealdad de los dedos de los pies, especialmente en las mugeres, ocasionada de la figura y estrechéz de los zapatos, pues ciertamente la naturaleza no los ha hecho defectuosos, èsto solo bastaría para hacer ver lo que con este método se contraría la naturaleza, prescindiendo de los callos, uñeros y otra infinidad de males que resultan.

Winslow, citado por Hervas, en su Memoria sobre vestir, y las acciones, dice: „ Yo hice observar en mi Tratado de Anatomía que los movimientos naturales de los pies se pierden por la mala manera de calzar à los niños, y en las mugeres el hueso del pie llega à perder su configuracion natural. Los músculos anteriores se alargan, y se acortan los posteriores: y de esta alteracion

de

de los músculos proviene la dificultad que las mugeres tienen en subir y baxar de sitios altos::: ¿Seremos tan irracionales, concluye, que queramos corregir las obras de la naturaleza?"

„ La invencion ridícula de los tacones, continúa Hervas, se debe à alguna persona pequeña::: El menór de los males que causa es hacer patojas à las mugeres. Con los tacones se atormentan y aféan los pies: èstos pierden la configuracion natural, se alargan los músculos anteriores y los posteriores se acortan, las caídas son freqüentes, y no pocas veces suceden abortos funestos. No obstante estos males su causa no se quita, porque proviene de una moda que introduxo la preocupacion y autorizó la costumbre bárbara ò ridícula."

Estas reglas que son ùtiles para todas las edades, son mucho mas precisas para los niños que han de estar en contínuo movimiento, jugar y saltar, correr &c., lo que no podrán executar como conviene si les estrechan sus pies los zapatos, ò si los llevan con tacones. Por esto encarga Betzki que hasta los nueve ò diez años no deben llevar zapatos con tacon, ni calzado alguno que les vaya estrecho; y no sería de extrañar que dixese no debian usar de uno ni otro en toda la vida. Tambien previene que mientras lleven vestidos talares se les deben recoger con unos cordones ò presillas, sin necesidad de ceñirse ni atárselos con estrechez.

RESULTAN LAS MAXÎMAS SIGUIENTES.

1.ª *Las cotillas y medias cotillas ò corsés, y toda espécie de justillos estrechos que se suelen poner à las criaturas, deben proscribirse como abuso insensato, que en vez*

de

de ayudar à la naturaleza la perjudica cruelmente. Tales vestidos podrán cubrir los defectos y deformidades à quien las tenga, pero à quien no las tenga se las causarán probablemente.

2.ª *Dichas cotillas ò corsés formados de leños, huesos y hierros, destruyen la sanidad y robustéz de los infantes, pues angostan el pecho y el estómago, de que resultan malas digestiones, impiden la accion de las fibras y el curso libre del xugo nutritivo y debido crecimiento de los miembros, causando una monstruosa deformidad en los cuerpos, è impiden el curso de la circulacion.*

3.ª *La corcoba ò raquitis es efecto de los vestidos estrechos y apretados que se ponen à los infantes, pues no se ve este defecto en ninguna persona que no haya traído vestidos angostos.*

4.ª *De haberse acostumbrado à tales vestidos desde la infancia resulta la dificultad ò imposibilidad que tienen algunas madres para criár à sus hijos, y los muchos abortos que provienen de la mala organizacion de los cuerpos.*

5.ª *Nuestra preocupacion de que los vestidos estrechos perfeccionan el talle y hermosura del cuerpo, es de la misma espécie è igualmente risible que la de los Chinos respecto de la pequeñéz del pie de las mugeres, y la de los Africanos ácerca de la naríz chata.*

6.ª *La gorra de la cabeza debe ser suave y blanda y en forma de corona, pues no conviene que su ala vuele mas que la nariz.*

7.ª *A los infantes que nacen en meses de invierno se empezará à descubrir la cabeza en verano, y no se les cubrirá sino en tiempos y lugares frios.*

8.ª *Convendria que los infantes llevasen vestido talár ancho y bolgado hasta los cinco años, pues es el mas à pro-*

propósito para que los miembros del cuerpo crezcan y se formen sin opresion alguna: si el infante no es sano y robusto debe traèrle hasta los seis ò siete años.

9.ª *Mientras el infante lleva vestido talár se le debe recogér con cordones ò presillas sin necesidad de ceñirse ni atárselos con estrechéz.*

10.ª *Los zapatos deben ser anchos y holgados, los estrechos no sirven sino para echár à perder los pies, causár callos y destruir los movimientos naturales de los pies.*

11.ª *Además de los callos, uñeros y otros males que causan los zapatos angostos, arrugan, tuercen y aféan los dedos de los pies.*

12.ª *La figura de los zapatos debia correspondér à la de los pies como la de los demás vestidos corresponde à la de los miembros que cubren. Todos los miembros del cuerpo humano tienen su própia hermosura naturál, y la preocupacion encubre ò destruye èsta hermosura con la diversa figura que da à los zapatos.*

13.ª *La grandeza naturál de los pies es parte de la hermosura de la fábrica corporál, y sirve para hacerla mas estable: y así no deben estrecharse los pies con los zapatos angostos, además de que impiden el caminár con la ligereza y agilidad própia del hombre.*

14.ª *Los tacones altos que comunmente traen las mugeres, las hacen patojas, atormentan y aféan sus pies. Estos pierden su configuracion naturál, pues se alargan los músculos anterióres, y los posterióres se acortan, las caìdas son freqüentes, y no pocas veces suceden abortos funestos.*

15.ª *Convendrìa no traér jamás tacones en los zapatos, pero especialmente deben prohibirse hasta la edad de nueve ò diez años, así como todo calzado angosto.*

§. V.

Reglas para el tiempo y modo de destetár los infantes.

1.ª „Los infantes, dice Hervas, no se han de destetár antes de los diez meses: si son endebles deberán mamár à lo menos hasta los quince. El mamár mucho tiempo no es contra la sanidad, ni causa mente estúpida como algunos han creído contra lo que enseña la experiencia; mas suele hacer débil la naturaleza y algunas veces causa acedías, porque los infantes que continúan mamando por mas de quince meses, suelen comer alimentos que no se unen bien con la leche: èsta es una de las causas principales que acarréa la muerte de muchos infantes de familias ricas, en las que el luxo y el antojo, y no la frugalidad y prudencia dirigen la conducta en alimentarlos.“

2.ª Betzki es de parecer de destetar à los niños à mas tardár à los quince meses; pero Luis Mercado dice que no se puede en èsto prefixar tiempo determinado ni dar una regla cierta, distando tanto unos cuerpos de otros en naturaleza y complexîon, y siendo tambien muy desiguál la toleráncia en este punto de unos y otros. Por tanto depende de la solidéz de sus carnes, de su robustez, complexîon y mayor ò menor deseo de mamár, cuyas circunstancias se deben tener siempre presentes para quitarles la leche, à fin de que no suceda el que habiéndoseles quitado lo lleven tan à mal que sea preciso recurrír nuevamente à ella, lo que muchas veces, especialmente si hace mucho tiempo que se les quitó, padece dificultades y tiene sus riesgos.

3.ª

3.ª Debe pues saberse, añade, que ningun niño debe dexar enteramente el pecho antes de haber hecho la perfecta dentadura, ò poco antes de ella, porque èsta es la ley de la naturaleza en apetecér los manjares mas sólidos.

4.ª Tambien se ha de cuidar de no destetarlos de repente, sino que desde que empiezan à salír los dientes debe irse disminuyendo la leche, è irles acostumbrando poco à poco à algun alimento mas sólido: y tanto se podrán aumentár los manjares sólidos, quanto van apareciendo mas dientes especialmente molares. Ni èsta ley debe mudarse sino precisa à ello alguna causa en el niño ò en la nodriza.

5.ª Ni se le ha de destetár sino tiene aquella robustéz, celeridad y alegría en sus acciones, y hace la coccion de los alimentos que son necesárias para que tolere debìdamente el destete. Por estas razones muchos quieren que no se les destete hasta los veinte meses, y algunos que no se haga hasta los dos años; pero la mejór regla es que apetezca otros manjares, los digiéra perfectamente, duerma bien de noche, y no haga ya mucho caso de la leche, pues si la apetece mucho cuesta grandes dificultades.

6.ª Al destetarlos, dice tambien, se ha de cuidár de que cenen mas tarde para que puedan por este médio pasár la noche sin despertarse y sin necesidad de otro alimento, y si no fuese posible lograrlo, se ha de tenér prevenida una poca de agüa con azucar ò un pedacito de pan, con lo que se conciliará otra vez el sueño.

7.ª Se evitará tambien destetarlos en el estío en cuyo tiempo no tolerarán tambien los demás alimentos, è igual-

mente el del invierno en que son muy largas las noches para que pueda pasár el infante sin alimento, y mas siendo èste un tiempo en que se le ha de ministrár mas alimento, que acaso no lo podrá digerír bien. De aqui resulta que los tiempos mas apropósito para destetár los infantes son al concluír el invierno, ò al finár el estío.

8.ª Tampoco se ha de destetár un infante si ha estado poco antes enfermo ò se halla aún en estado de convaleciente, porque no lo tolerará bien, y lo mas que puede hacerse es ir poco à poco acostumbrándolo à que mame menos, y à que pasen largos intervalos de una vez à otra, con lo que se vaya dando à sufrír la falta de la leche, en cuyo caso se le darán unas sopitas herbidas de muy buen pan mezcladas con azúcar quando pide con anxiedad de mamár. Y si no obstante èsto se exâcerbase porque no le dan el pecho, se recurrirá à poner en èl miel con acibar para que lo aborrezca; pero con el cuidado de que no olvide enteramente el mamár, porque si enfermase y fuese necesario recurrír de nuevo à darle el pecho, no sepa ya mamár ò no quiera.

9.ª Sobre todo nunca se ha de descuidar la observacion diligente de si digiere bien los alimentos, y si arroja cocido el excremento para evitár las crudezas y males que resultan de los excrementos detenidos.

10.ª Ya habia prevenido este sábio Médico que se cuidase mucho en ir disminuyendo la leche à proporcion que se les suministran otros alimentos mas sólidos, por ser muy perjudicial aumentarles alimentos sólidos y darles al mismo tiempo mucha leche: y asi encarga que quanto se aumente de alimento sólido, tanto se le disminuya de la leche hasta que sin especial moléstia, lloros, desmejoramiento en su robustéz ò dispéndio de sus car-

carnes, pueda facilmente destetarse con conferéncia y tolerância.

11.ª No se ha de entender por manjares sólidos las carnes ni otros alimentos pesados, que como hemos dicho son muy expuestos en esta edad à indigestiones por tenér aún los estómagos muy débiles, sino aquellos precisamente que no les dañan, como son pan, sopa, leche, arróz y legumbres cocidas: y en ningun caso les conviene cosas ágrias, ensaladas crudas, ni frutas, dulces, ni cosa ninguna de confitería, ni pícantes.

12.ª Mucho menos bebidas ardientes. Su bebida ordinária debe ser el agüa pura, toda suerte de licóres fermentados les son mortales, así como los manjares en que entran sustáncias no fermentadas, y las que se hacen con espécias.

13.ª Les es tambien nocivo el uso del thè, caffé y chocolate, especialmente en los del sexô masculino.

CAPITULO IV.

CUIDADO EN LA EDUCACION FISICA DE LOS INFANTES DESDE LOS DOS AÑOS HASTA LOS CINCO.

§. I.

Es el tiempo de empezár à formár su caracter, de inspirarles las inclinaciones convenientes, y reprimír las perjudiciales.

„La edad de dos años, dice Betzki, es la época de una revolucion sensible en los infantes. Entonces empiezan ya à concebír algunas cosas; y à adquirír algunos cortos conocimientos: su memória que princípia, re-

retiene ya ciertas imágenes de las cosas y tal qual sensacion de las que son mas naturalmente sensibles. Estas tablas lisas hasta entonces, conservan ya en adelante las líneas que se gravasen en ellas. ¡Que momento èste para el sábio observador que los enseña, que sigue y conoce como se desenvuelven las semillas de los talentos, y que se ocupa en cultivarlas como mejór conviene! Quantas ventajas podrá sacár un padre y una madre bien educados, que sepan aprovecharse de esta pequeña luz que empieza à brillar en ellos, para dar principio à inspirarles las buenas idéas, y à reprimír las pasiones de ira, odio, enfado, zelos, amór própio &c, que tanto perjudican no solamente en lo morál sino tambien en lo físico, alterando tan freqüentemente su constitucion, è impidiendo su salud y robustéz."

Crysipo célebre filósofo Stoyco que trató à fondo la materia de la educacion, prescribe que à los tres años se ponga toda diligencia en formár las costumbres de los niños, y en reprimír en ellos los primeros movimientos y fuegos de las pasiones, que empiezan ya à hacerse sentír en esta tierna edad, y que crecen con ellos insensiblemente sino se tiene cuidado de sufocarlas en su nacimiento. (1)

„ Considerad, dice Mr. de Salignac de la Mothe Fenelon (2), como los niños desde esta edad deséan la compañia de aquellas personas que los complacen y lisongéan, y huyen y se apartan de los que los reprimen, como saben gritár ò callár por conseguir lo que desean, quanto artifício se descubre en ellos y aún zelos. Yo he vis-

(1) Quintiliano lib. 1. cap. 1.
(2) Educacion des Filles cap. 3.

visto, dice S. Agustin, un niño zeloso que no sabía aún hablár, y con semblante pálido lanzaba ojeadas furiosas à otro niño que mamaba con èl. Se puede pues asegurar que los niños conocen desde entonces mucho mas de lo que comunmente se cree." Y mas adelante (cap. 6.): ,, los zelos es una pasion mas violenta en los niños de lo que podemos imaginár: se ve algunas veces que se secan y perecen de una languidéz secreta, porque otros son mas amados y mas acariciados que ellos. Es una crueldad demasiado comun en las madres el hacerles sufrír èste tormento.

Se ha de evitár, dice tambien, todo lo que puede fomentár sus pasiones, acostumbrando dulcemente al niño à ser privado de aquellas cosas à que manifiesta mas ardór, à fin de que no se resienta demasiado por no conseguir las cosas que desea. Si se les sabe manejár, à poco que su natural sea bueno, se les puede hacer así dóciles, sufridos, firmes, alegres y tranquilos, en lugar de que si se desprecia èsta primera edad, se hacen ardientes è inquietos para toda la vida, su sangre se enciende, se forman los hábitos, su cuerpo aún tierno y su alma que está todavia indiferente hácia los objetos, se tuercen hácia el mal, y se hace en ellos una espécie de segundo pecado original, que es la fuente de mil desórdenes quando son mas grandes."

,, Desde el principio, dice Mr. Rollin (1), desde el primer instante han de tomár los padres y maestros el ayre de superioridad que imprime respeto y se hace obedecer. Si no cogen aquel instante favorable y no se po-

nen

(1) Tratado de Estudios tom. 4. Advertencias generales sobre la educacion de la juventud art. 3.

nen desde el primer dia en posesion de esta autoridad, les costará mucho trabajo lograrlo despues::: *Animum*, y tambien se puede decir, *puerum rege*: *qui nisi paret, imperat.* (Horat. satir. 9. lib. 1). Esto se verifica à la letra, y apenas sería creible sino lo evidenciase cada dia una constante experiéncia. Hay en el interiór del hombre cierto amór de independéncia, que se descubre y manifiesta desde la mas tierna edad, y aún desde el pecho (1)::: Aquel es el tiempo y el instante en que conviene quebrantár aquella mala inclinacion del niño, acostumbrándole desde la cuna à domár sus gustos y antojos, y en una palabra à cedér y obedecér. Si nunca se les concediese lo que piden llorando, se enseñarían à pasar sin ello, y se abstendrían de gritár y de desgañitarse para que les obedezcan, y consiguientemente no serían tan enfadosos ni à sí mismos ni à los demás, como lo son por no haber sido refrenados de èsta manera desde su primera infáncia.

Por esto que digo no pretendo, que no se haya de usár indulgencia alguna con los niños: estoy muy distante de semejante disposicion. Digo solo que no se ha de concedér à sus llantos lo que piden, y si para lograrlo doblan su importunidad, se les ha de dar à entendér que èsta es precisamente la razon porque se les niega. Se ha de tenér en èsto la maxîma indubitable, que despues que una vez se les haya negado alguna cosa, es menestér estár firme en no concederla à sus clamores è importunidades, à menos de no quererlos enseñar à ser poco sufridos y enfadosos por verse premiados de haber-

(1) Ita imbecillitas membrorum infantilium innocens est, non animus infantium. S. Augustinus Conf. lib. 1. cap. 7.

berse entregado à la impaciéncia y mal humór.

Hijos vemos, prosigue, en casas de algunos padres, que por muchos manjares que tengan delante de sí en la mesa, nunca piden nada, y reciben lo que les dan con agrado y con gracias. En otras casas los hay, que piden quanto ven, y es menestér servirles antes que à todos los demás. De donde viene tan notable diferencia? De la distinta educacion que les dan. Quanto mas chiquitos son, tanto menos se han de satisfacér sus desreglados antojos. Mientras menos conocen la razon, mas necesário es que estén sujetos al absoluto podér y direccion de aquellos à cuyo cargo están. Si una vez se hacen à èsto, y la costumbre llega à sujetár la voluntad, todo está vencido para el resto de la vida, y dexa de serles penosa la obediencia: *Adeo in teneris consuescere multum est.* (Georg. lib. 1. v. 271.)"

„ La ignorancia de los niños, dice Fenelon (ibid. cap. 4), en cuyo celebro no se ha impresionado aún nada, y que no han contraído todavia hábitos y costumbres, los hace inclinados à imitar todo lo que ven. Por èsto es tan esencial el no ofrecerles sino buenos modelos, y así es preciso apartarlos de gentes cuyos exemplos no deben seguirse." Y despues al cap. 5. „ El celebro de los infantes es al mismo tiempo caliente y humedo, lo que produce en ellos el movimiento contínuo. Esta blandura ò molície del celebro hace que todas las cosas se impriman facilmente, y que todas las imágenes de los objetos sensibles sean muy vivas. Por tanto es preciso darse prisa de escribir en sus cabezas mientras que los caracteres se forman tan facilmente; pero es menester escoger bien las imágenes que se han de gravár, porque no se deben colocar en un receptáculo tan pequeño y tan

precioso sino cosas exquisitas. Es necesario no olvidarse jamás de que no se debe en esta edad derramár en sus espíritus sino lo que se desea que persevere toda la vida. Las primeras imágenes gravadas quando el celebro está aún mole y que nada hay aún escrito en èl, son las mas profundas. Por otra parte ellas se endurecen despues à proporcion que la edad deseca el celebro, por cuyo motivo se hacen indelebles: y de aquí resulta que los ancianos se acuerdan mejor de las cosas de su niñez, aúnque mas distantes, que de las de edad mas adelantada, porque las impresiones de èstas se hicieron en el celebro quando ya estaba mas seco, y lleno de otras imágenes. Nosotros mismos hablamos comunmente este lengüage sin advertirlo, decimos muchas veces: yo ya soy duro para mudar de costumbres, yo he sido criado de èste modo. ¿Todo esto no prueba que las primeras impresiones y los primeros hábitos son los mas fuertes?"

RESULTAN LAS MAXÎMAS SIGUIENTES.

1.ª *Inspirarles inclinaciones suaves y dulces: procúrese apartarlos de todo lo que pueda ocasionarles òdio y envídia, y si por desgracia han tomado ya posesion de su ànimo, deben alejarse de aquellos objetos que los han ocasionado. Este solo es el remédio, el qual evitará muchas desgracias; peso si la ocasion de executarlo se pierde, el mal crecerá, ni aprovechará el remedio si el niño percibe los motivos de la separacion.*

2.ª *Para preservarlos de las impresiones de los malos exemplos, téngase gran cuidado de apartar de ellos todas las personas mal criadas, groseras, inobedientes, coléricas y revoltosas. En esta edad no deben ver ni oir*

sino

sino lo que se desea que persevere en su memória toda la vida, pues las primeras imágenes que se gravan entonces en su celebro, son las mas profundas, y se hacen indelebles à proporcion que la edad deseca el celebro.

3.ª *Se cuidará de dexarlos todos los dias con alguna libertad para que se crien alegres, pues la alegria es necesária no solamente para su salud, sino tambiem para que se desenvuelvan sus facultades físicas y morales, y por esta regla debe procurárseles diversiones inocentes proporcionadas à aquella edad, que los mantengan en èste estado de regocijo y alegria, procurando hacerles agradables todas las ocupaciones en que se empléan.*

4.ª *Las instrucciones y conocimientos ùtiles de que son capaces entonces, y que se intenta impresionár en sus almas, se les han de inspirar sin fatiga y baxo un aspecto alegre, de modo que al tiempo en que se están instruyendo se persuadan que juegan y se divierten.*

5.ª *Conviene no espantarlos ni causarles terrores vanos, pues sus conseqüencias son muy funestas en lo físico y en lo morál.*

6.ª *Se ha de evitár igualmente todo lo que pueda asustarlos, que es muy dañoso, teniendo presente el no despertarlos con grandes voces ni de repente, sino tocarlos suavemente llamándoles por su nombre, hasta que por grados se vayan despertando y queden enteramente despiertos.*

7.ª *No se les han de rehusár las cosas que piden quando son justas: y las que se les han negado una véz, conviene no concedérselas en otra à no ser que las circunstancias lo exîjan, en cuyo caso se les debe hacer entender.*

8.ª *No se ha de atender à sus lágrimas para condescender con ellos, y asi no recurrirán à ellas quando,*

quieran satisfacer sus caprichos. Esto influirá mucho sobre su carácter, y los hará voluntarios; además de que los lloros repetidos à que de otra suerte recurren siempre, abuyentan la alegría tan importante para la sanidad.

9.ª *Todo exceso les perjudica, por lo qual no se les ha de tratar con dureza, ni tampoco con demasiada blandura y contemplacion, pues abusan de ella.*

10.ª *Por tanto quando sea necesario reprimirlos y castigarlos hágase sin irritarse ni que se vea apariéncia de cólera: Así ellos estarán mas bien dispuestos à cedér à la razon y à la justicia que los condena: de esta suerte aprenderán à temér mas sus faltas que no al que los reprehende y castiga.*

11.ª *El temór excesivo en los niños no excita ni aumenta su vivacidad; antes por el contrario la puede entorpecér si es excesivo. De esta suerte su tierno corazon ignorará el envilecimiento que resulta de los castigos rigurosos y de los golpes que recibieron: ni se considerarán como esclavos forzados quando entiendan que el que los corrige lo hace sintiéndolo mucho y contra su voluntad.*

12.ª *Quando es preciso tratarlos con alguna severidad para humillarlos, es menestér portarse de modo que ellos no entiendan se vale de su autoridad por ser mas fuerte que ellos, sino por hacerles justicia, y porque los aventaja en saber aquello que les enseña.*

13.ª *Los zelos es una pasion muy violenta en los niños, que los hace secár y padecér, y así debe evitárse el acariciár mas à unos que à otros, ni dar à uno de ellos en preséncia de los otros señales de preferéncia ò de estimarlo mas.*

§.

§. II.

Médios de fortalecér y vigorár el cuerpo de los infantes en esta edad.

„En esta edad, dice Betzki, ya se ha de acostumbrar à los niños à estár al ayre libre y à sufrír las variaciones del frío y del calór. Lo contrário les sería muy perjudiciál. El exercicio à cielo descubierto fortifica su constitucion, da fuerza à su temperamento y los preserva de muchos males para lo venidero. Una vida sedentária, un ayre espeso y mal sano alargan su infáncia física, y los hacen crecér con tal debilidad que despues toda su vida es una enfermedad lenta y contínua.“

„Es muy útil, dice Locke, para la salud de todos, particularmente para la de los niños, el andár con freqüencia al ayre, y arrimarse lo menos que sea posible al fuego aún en tiempo de invierno. Por èste médio se enseñarán à sufrír el frìo y no se verán incomodados ni por el sol ni por las agüas. El que no esté acostumbrado desde el principio à todo èsto sacará poca utilidad de su cuerpo en este mundo; mas quando los niños son ya grandes no es tiempo de acostumbrarlos: es preciso habituárlos desde el principio y seguir el mismo orden de grados que antes hemos indicado: de esta suerte apenas habrá cosa alguna que no pueda superár el cuerpo.“

Maxima de Lock en èst matéria.

Este sábio escritór habia empezado el capítulo de la sanidad de los niños estableciendo dos maxîmas generales respectivas à su buena educacion fisica, à saber: primera, *las gentes de la clase distinguida deben tratár*

à sus hijos lo mismo que las del campo acostumbran à los suyos: segunda, *se vicia la constitucion de la mayor parte de los niños, por tratarlos con demasiada indulgéncia y ternura.* En conseqüencia de ellas pasa à dar reglas por menór, y la primera es, que se ha de tenér gran cuidado de que los niños no estén vestidos ni cubiertos con ropas que abriguen demasiado, nî en invierno ni en verano. „Nosotros, dice, quando nacemos no tenemos el rostro menos delicado que las demás partes del cuerpo, y sola la costumbre de traérlo descubierto nos lo endurece y pone en disposicion de poder resistír el frío.“

Refiere àcerca de èsto una respuesta que dió un filósofo Scytha à un Atheniense: se admiraba este último de verle andár desnudo en medio del yelo y de la nieve: *y vos*, le dixo este filósofo, *¿cómo podeis resistír que vuestro rostro esté expuesto à las impresiones del ayre en el rigór del invierno? Mi rostro está acostumbrado à esto*, respondió el Athenìense: *imagináos pues*, replicó al punto el filósofo Scytha, *que todo yo soy rostro.* Con efecto, concluye, nuestros cuerpos pueden resistír todo aquello à que se les acostumbre desde los primeros tiempos.“

En quanto al extremo opuesto del calór, expone una relacion que acababa entonces de darse à luz baxo el título de *Nuevo viage de Levante*, que sirve igüalmente para hacer conocer la fuerza de la costumbre que se adquiere desde los primeros años. „Los calores, dice el Autor del viage, son mas excesivos en la Isla de Malta que en ninguna parte de Europa: superan à los de Roma. Es un calor tanto mas intolerable quanto el viento refresca en esta Isla raras veces. Asi pues las gentes

del

del campo son todas tan negras como los Egípcios. Por último no les da cuidado alguno del sol, y el calor mas ardiente no es capaz de obligarlos à güardar la casa ni hacerles cesar en el trabajo. Todo lo qual me hace reconocer, prosigue Locke, que la naturaleza puede acostumbrarse à muchas cosas que parecen imposibles, siempre que se procure habituarla desde el princípio. Esto es lo que hacen los Malteses: endurecen el cuerpo de sus hijos *desde que maman* hasta la edad de diez años, haciéndoles andar desnudos sin gorra, sin camisa y sin calzoncillos. Esto supuesto os aconsejo, concluye, no tomeis demasiadas precauciones para poner à cubierto vuestros hijos del frio de nuestro clima. Hay muchas gentes en Inglaterra que llevan en invierno el mismo vestido que en verano, y no por eso sufren incomodidad alguna.

Poner à los niños cuidadosamente, dice despues, al abrigo de las injúrias del tiempo, y no exponerlos jamás al sol ni al ayre por miedo de que se les manche la téz del rostro, es el verdadero médio de hacer un lindo joven, pero no un hombre própio para vivir con ventaja en este mundo. Me atrevo à asegurar que aúnque se deba tenér algun mayor cuidado de la belleza de las niñas, quanto èstas estén mas expuestas à las injurias del ayre, siempre que su rostro no padezca, estarán mas sanas y robustas, y quanto su educacion se acerque mas à la de los hombres, mas ventajas sacarán para el resto de su vida.“

El traductór de Locke refiere aqui las siguientes palabras de Montagne (Ensayos lib. 1. cap. 25): „Acostumbrád vuestro hijo al sudór, al frío, al ayre, y al sól y à todos los demás riesgos que debe despreciár en

lo

lo sucesivo: quitadle toda molície y delicadeza en el vestido, cama, comida y bebida, acostumbradle à todo, haced de suerte que no salga un joven bello y señorito, sino un hombre robusto y vigoroso, niño y viejo: yo siempre he creído y juzgado lo mismo."

Todos los escritores que han tratado de la educacion fisica de los niños convienen en estas maxîmas, ¿pero qué se practíca en nuestro método actual? Se les viste con mucho abrigo, se les tiene cerca del fuego, en habitaciones muy calientes, se les acuesta en camas que se procura lo estén aun mas, se les preserva cuidadosamente del ayre y del sol. Este es el modo de relaxár todas las fibras del cuerpo, y de enervár igüalmente las del espíritu. Si à esta educacion afeminada se junta el alimentarlos con sustáncias animales, y aún con salsas llenas de espécias muy fuertes para sus débiles estómagos, no hay que admirar que se crien débiles y valetudinários, y que se les acarrée la muerte con mucha anticipacion.

§. III.

Alimentos en esta edad.

Su alimento debe ser simple, comun y muy sencillo. „ Estoy persuadido, dice Locke, que si las madres muy apasionadas y las criadas demasiado nécias no llenasen tanto como acostumbran el estómago à los niños, y no les diesen absolutamente carne en los tres ò quatro primeros años, les nacerian con menos dificultad los dientes, serían menos enfermízos, y adquiririan una constitucion mas sana y vigorosa para lo sucesivo."

Si algunos por creer equivocadamente que sus hijos se

se criarán poco robustos sino se les da carne antes del tiempo referido, quieren hacerlo, deberán à lo menos observár el no dárseles sino una vez al dia, que será al medio dia; y aunque cenen à la noche de otros manjares la carne no les será provechosa. No se les dará tampoco sino de una sola espécie en cada comida y sin otra salsa que su apetito, prohibiéndoles absolutamente la pimienta, arómas ò especería própias à encender la sangre.

Calidad de alimentos que les conviene en esta edad, y método de ministrárseles.

„Una de las cosas mas útiles en los primeros años de la infáncia, dice Fenelon (Educ. des Filles cap. 3), es procurar la salud del infante, y cuidár de que haga una sangre dulce por la eleccion de los alimentos y por un régimen de vida sencillo: que coma à proporcion de su necesidad, sin sobrecargár el estómago antes que esté bien hecha la digestion: que no coma cosas exquisitas ni delicadas que lo exciten à comer mas allá de su necesidad, y que lo disgusten de los alimentos mas convenientes à su salud: y finalmente que no se les den muchas cosas diferentes, porque la variedad de los manjares que se suceden los unos à los otros, sostienen el apetito despues de haberse concluido la verdadera necesidad de comer.“

Téngase tambien mucho cuidado de no echár mucha sal en las viandas destinadas para los niños, y de no acostumbrarles à manjares de un gusto picante y fuerte: nuestro paladár se acomoda en las comidas à aquel gusto à que se acostumbra desde niño, además de que el uso inmoderado de la sal irrita la sed, hace beber con exceso y produce otros muchos malos efectos en el cuerpo. „No se deben reducír à que no coman sino en las horas metódicas en que comen los grandes, dice Hervas:

vas: èsta pretension es de personas ignorantes è inconsideradas. El infante no puede hacer comida grande de una vez, y por èsto necesita comer por lo menos cinco veces al dia, no igualmente siempre, sino bien dos veces al medio día y à la noche, y las demás tomará colaciones simples. El desayuno debe ser algo sustancioso y las demás colaciones serán de frutas naturales y pan: èste solo que es alimento sanísimo puede servir muchas veces de merienda, y siempre que el infante pide de comer en circunstancias que quizá no tiene hambre, se le debe dar pan solo, porque si le come se sabrá que tiene necesidad de alimento y no hay peligro que le pueda hacer mal."

Esta adverténcia de que se les de solamente pan muchas de las veces en que fuera de las comidas ordinárias piden de comér, es tambien de Locke, y será muy conveniente su observáncia, porque los infantes comen muchas veces sin necesidad y solamente porque ven cosas de comér; y si se les da pan solo, se verá si es el hambre la que le excita el apetito, en cuyo caso lo comerá bien y hallará el mismo placér que en los manjares exquisitos; y si es la golosina, no es necesario que coma.

Tambien encarga Locke que se procure hacer que coman mucho pan solo ò con qualquiera otro alimento, y que así para desayuno como para cena es muy buena la leche simple, ò en sopa, papilla de harina, sopa de pan, pasas y otros manjares semejantes.

El pan seco, dice, es el alimento que entorpece menos, y todo aquel que tenga à su cuidado el espíritu y el cuerpo de algun niño, para que no sea estúpido ni mal sano, no debe cuidar mucho que cargue ò no

el

el estómago con tal que sea de este alimento solo.

La experiéncia acredita que el mejor desayuno para los niños es el de sopa de buen pan, y nada mas. Quando vuelven à pedir de comer en el intermédio del desayuno à la comida, darles pan solo, cuidando siempre que sea bueno ó à lo menos bien cocido, sino se puede otro, y hacer lo mismo por la tarde siempre que lo pidan, ni tampoco hay inconveniente de darles algunas frutas buenas y con moderacion, y que la cena sea frugál y sencilla sin carne de ninguna espécie.

He dicho que algunas veces entre dia pueden dárseles àlgunas frutas con el pan, porque aunque muchos las creen totalmente dañosas à los infantes, no encuentro razon fundada que se les prohiba, sino antes de destetarlos ò inmediatamente despues; pero despues de cumplidos los dos años no les puede ser perjudicial sino es por ser mala, ò no estar sazonada, ò comerla sin pan, ò finalmente despues de tener el estómago lleno y ocupado de otros manjares, pues la demasiada codícia que tienen de comerla, les hace apechugár con ella aunque estén muy bien comidos.

Por lo demás juzgo con Locke que exceptuàdas algunas que tienen el xugo poco sano, pueden dárseles de todas las demás, como son las peras estando bien maduras, y las manzanas cogidas de antemano, y asimismo las fresas, guindas, cerezas y otras frutas de verano que tienen tanta relacion con el calór de la estacion, y son muy própias para refrescár el estómago que el mismo calór pone lánguido y abatido.

El uso moderado de frutas buenas y sazonadas preserva de corrupcion y adelgaza los humores que engruesándose disponen para las enfermedades pútridas. Por

eso la naturaleza sábiamente las poduce en los tiempos oportunos para nuestra salud : nos envía primeramente las àgrias y agridulces que desunen y consumen la gordura : à proporcion de que el calór se aumenta en el verano , nos ministra otras como son los melones y sandías , pepinos y cohombros de xugos fresquísimos , y al otoño en que el estómago necesita comunmente de descargarse de algunos humores impuros , nos presentà los higos , ubas y otras frutas laxântes , y por ùltimo nos envía las níspolas , servas , membrillos y otras frutas de invierno para refrenar el curso desconcertado de los humores. Todas èstas son buenas usadas con moderacion y prudéncia , por cuyo motivo , dice Locke , que se pueden dar con seguridád y aun con abundáncia à los infantes siempre que las coman con èstas precauciones: 1.ª Que no sea sobre la comida , como se hace ordinàriamente quando ya el estómago está lleno de otros alimentos , sino antes ò en medio de ella : 2.ª Que las coman con pan y no de otra manera : 3.ª Que estén ya perfectamente sazonadas y maduras. El mal procede de que estando los niños comunmente agitados del deseo de comer fruta , sino hay quien los gobierne con prudéncia la comen sin moderacion : y lo peór es que comen la mala ò buena à que han podido echár la mano indistintamente , sea por casualidad ò porque se les haya proporcionado algun criado. Las frutas secas sin azucar son igualmente muy sanas , dice Locke , pero no les conviene el almíbar ni ninguna sustáncia glutinosa.

Precauciones para el uso de las frutas.

En quanto à la cantidad del alimento no puede darse regla fixa porque no todos pueden comer igüalmente. Si se observa que el infante por su crecimiento y robustéz come à toda hora sin resultarle ningun daño , haciendo

Cantidad de alimento que les conviene.

ciendo perfecta digestion y arrojando bien cocidos los excrementos, la cantidad de la comida debe ser arreglada por su apetito; pero en otros sería muy perjudicial hacer lo mismo, porque unos tienen el estómago muy robusto y otros muy débil, lo que debe tenerse presente para evitar las indigestiones y crudezas del estómago de que suelen enfermar freqüentemente. Una constitucion débil exige muchas precauciones en quanto al alimento. Estas son menos necesárias respecto de aquellos infantes à quienes se acostumbra desde el princípio à una vida dura, y à un alimento frugál y sencillo. Hay muchas gentes glotonas y golosas por costumbre, que no lo hubieran sido naturalmente si de niños se hubiesen dirigido con discrecion. Muchos con dos comidas al dia están tan sanos y robustos como los otros y aùn mas; y otros por el hábito vicioso que contraxeron, padece su estómago y se debilita sino comen quatro ò cinco veces al dia.

Advertencias pára el uso de manjares sólidos.

Debe tambien procurarse que los niños se acostumbren ya desde entonces à masticár bien todos los manjares sólidos, pues se digiere mas fácilmente el alimento que llega al estómago bien deshecho y desmenuzado en la boca, en donde se hace ya la primera digestion.

Convendría tambien segun Locke no fixarles à una cierta hora determinada la comida ni la cena, siempre que se pueda hacer cómodamente, como ni tampoco el desayuno, sino mudar el tiempo con freqüencia ò la mayor parte de los dias, porque si se acostumbran por una práctica constante à comer à una cierta hora precisa, su estómago pedirá alimento en èsta hora, y pasada sin haber comido, el hambre excesiva los pondrá de un humór triste, ò se verán abatidos ò lánguidos por falta de apetito.

La

Advertencias sobre la bebida de los infantes.

La bebida de los infantes debe ser agüa pura, sin permitir que la beban entre las comidas sino habiendo tomado algun pedazo de pan anteriormente, porque la mayor parte de las fiebres y de las indigestiones, dice Locke, provienen de beber estando acalorados, por cuya razon debe observarse esta regla con la mayor exâctitud y diligencia si están demasiadamente sufocados por haber estado en movimiento muy agitado ò por largo espácio: y aunque encuentre dificultad para tragár el pan sino se le permite beber antes, ya se acostumbrará à comerle por beber, ó à pasarse sin beber sino come, en lo que encontrará una ventaja indecible. A lo menos se conseguirá que no adquieran la mala costumbre de estar contínuamente con el vaso en la boca, costumbre tan peligrosa que conduce insensiblemente al exceso, y llegan à beber por hábito así como à comer, como enseña la experiencia en algunos niños que imprudentemente los han acostumbrado à beber para apacigüarlos, y están bebiendo dia y noche, hallándose algunos que beben mas agüa en sola la noche que algunos grandes en las 24 horas.

El que quiera pues que no caygan los niños en èste exceso contrario à la salud y à la sobriedad, es necesário que los acostumbre desde luego à no beber sino lo que la sed natural exìge; de lo contrario les resultará un hábito que se hará mas fuerte de cada dia, como sucede con todos los que adquieren en esta edad.

No hay cosa mas perjudicial à los infantes que beber vino ni licór alguno fuerte, y así no los deben probar jamás à no ser que el Médico se les ordene en calidad de bebidas cordiales. Para èsto es preciso zelár à

los

los domésticos, y reprehenderlos severamente si faltan en èste artículo. „Como èsta clase de gentes, dice Locke, cifra sus mayores placeres en beber licóres fuertes, siempre están prontos à complacér à los niños de la casa, ofreciéndoles lo que miran para sí como la cosa mas agradable al gusto, y como èsta espécie de bebidas les alegra el corazon sobremanera, se persuaden que ha de suceder lo mismo à los niños, y que no pueden hacerles daño. Este es un exceso que se debe evitár cuidadosamente dedicándose à ello con todo el esmero y destreza imaginables, porque no hay cosa que tenga conseqüencias mas funestas para el cuerpo y para el espíritu que abandonár à los niños à que se acostumbren à beber licóres fuertes, particularmente à solas ò en compañia de los domésticos.“

RESULTAN LAS MAXÎMAS SIGUIENTES.

1.ª *El alimento de los infantes en esta edad debe ser siempre comun y sencillo. Convendria que no comiesen carnes de ninguna espécie en los tres ò quatro primeros años, con lo que adquirirían una constitucion mas sana y vigorosa para lo sucesivo.*

2.ª *En caso de darles carne, sea una sola véz al medio dia y en ningun caso à la noche, y debe ser de una sola espécie en cada comida, sin salsa alguna ni especería, que les enciende la sangre.*

3.ª *Cuidese de no echár mucha sal en su comida, y de que no se acostumbren à manjares de gusto picante y fuerte, porque irritan la sed, hacen beber con exceso, y producen otros muchos malos efectos.*

4.ª *No se precisen à que no coman sino en las horas*

me-

metódicas en que comen los grandes. El infante no puede hacer comida grande de una véz y asi necesita de comér várias veces al dia.

5.ª *El mejór desayuno para los infantes es el de sopa de buen pan, y nada mas.*

6.ª *No hay inconveniente en darles pan solo bien cocido siempre que piden de comer. Si lo piden por golosina, no lo comerán ni es menestér; si lo comen, es señal que tienen hambre y no les dañará.*

7.ª *El pan seco es el alimento que menos entorpece, y el que no hay que temér que los haga estúpidos ni mal sanos.*

8.ª *Pueden darse frutas à los infantes en èsta edad con las tres condiciones siguientes:* 1.ª *que no sea quando el estómago está ya lleno de otros alimentos:* 2.ª *que las coman con pan y no solas:* 3.ª *que estén ya perfectamente sazonadas y maduras. De èsta manera no solamente no les perjudican, sino que les son muy provechosas, comidas con la moderacion correspondiente y no à todas horas como regularmente apetecen.*

9.ª *Las frutas secas sin azucar son igüalmente muy sanas; pero no les conviene el almíbar ni ninguna sustáncia glutinosa.*

10.ª *No puede establecerse regla fixa para la cantidad del alimento que se les ha de dar. Hay unos de estómago robusto que pueden comer quanto quieran si se observa que no les perjudica; y otros de estómago débil que suelen enfermár freqüentemente de indigestiones y crudezas de estómago. Una constitucion débil exîge muchas precauciones en quanto al alimento.*

11.ª *Cuidese de que los infantes se acostumbren à masticár bien todos los manjares sólidos, lo que es*

muy

muy ventajoso para la buena digestion.

12.ª *No se han de acostumbrar à comer siempre à una hora determinada como los grandes, sino variár las horas asi del desayuno, como de la comida y cena, porque si hacen hábito de comer siempre à una hora, su estómago pedirá siempre alimento en aquella, y padecerá mucho quando haya algun inconveniente para tomarlo en la hora que tiene de costumbre.*

13.ª *La bebida de los infantes debe ser agüa pura, y se les ha de acostumbrár à no beberla fuera de las comidas, sino comiendo antes pan, porque de beberla sin comer antes estando acalorados les resultan la mayor parte de las fiebres è indigestiones que padecen.*

14.ª *Es muy dañoso acostumbrarlos à beber cada instante ni darles agüa para acallarlos, porque se habitúan à estár siempre bebiendo, lo que les es muy dañoso.*

15.ª *No se les dé jamás vino ni licores fuertes à no ser que el Medico lo ordene en calidad de bebidas cordiales. Y acerca de èsto es precisa toda diligencia y cuidado para observar la conducta de los criados ù otros domésticos, que suelen acostumbrarlos à beber vino y otros licores en la persuasion de que no les dañaran, siendo constante que no hay cosa que tenga conseqüencias mas funestas para el cuerpo y para el espíritu de los infantes.*

CAPITULO V.

CONDUCTA EN CRIAR LOS INFANTES DESDE LOS CINCO AÑOS HASTA SALIR DE LA INFANCIA.

§. I.

De los vestidos de los infantes en esta edad.

Ya se dixo que los infantes deben usár de vestido talár hasta los cinco años. Este es pues el tiempo de vestirlos de corto à no ser que lo impida el estado de su salud: para èsto es preciso no olvidár los malos efectos que producen, segun se ha encargado siempre, los vestidos estrechos, y que todo vestido que estrecha ù oprime el cuerpo es nocivo à la robustéz, porque impide que los músculos moviendose con toda libertad adquieran solidéz con el exercício libre de las fuerzas. Es pues preciso que sean holgados y no les impidan jugár, saltar y moverse à qualquier exercicio con toda libertad, pues de lo contrário sus miembros no se desenvuelven con facilidad, y la naturaleza se debilita como encadenada, estan violentos y disgustados, su alegria y su salud padecen.

Por consiguiente debe cuidarse que las chupas no les aprieten el cuello ni estrechen las espaldas ni impidan el menor uso de los brazos. Los calzones deben llegár hasta la cintura para que no se impida el libre movimiento de los muslos. La mejór moda de calzones que hoy es muy comun, es à la marinera: con èsta espécie de calzones queda perfectamente libre el uso de los muslos y de las piernas.

Es

Es muy perjudiciál el uso de corbatines apretados y de cuellos estrechos de camisas, lo que daña en todas las edades. Winslow, citado por Hervas, en su *Memoria sobre el vestir y las acciones* dice „ haber observado que èste uso era causa primitiva de dolores de cabeza, de mal de ojos, y de garganta, de vértigos, de amenaza de síncopes y de otros males semejantes que provienen inmediatamente de dicha causa, y no quitándose èsta se experimentan comunmente inútiles los remedios que contra dichos males se aplican. Un Capitan Dinamarqués, añade, me conto que habiendo mandado à sus soldados que para parecér bien formados se apretasen los corbatines y las charreteras de los calzones, casi todos cayeron despues en una enfermedad rara è incurable de escorbuto pútrido por causa de la alteracion de las partes internas.“

Generalmente sus vestidos no deben ser forrados con mucho abrigo, los quales solamente se necesitan en viages largos, quando han de estár mucho tiempo expuestos à grandes fríos. „El abuso que hay en esto, dice Betzki, es dañoso à los grandes y à los chicos. Un vestido de lana ò seda segun la estacion, bien texido, y forrado quando mas de cotón, es bastante preservativo contra el frío. Es convenientísimo à la salud vestír ligeramente, y èsto es una cosa demostrada por la experiéncia.

Tampoco debe ser precioso, añade, porque alimenta y fomenta su vanidad, y el alma se penetra de èste odióso vicio. Su vestido debe ser sencillo y cómodo, arreglado al que comunmente se usa en su clase y estado.“ Esta regla la encargan tambien mucho Fenelon y Rollin.

§. II.

Alimentos en esta edad.

Poco hay aqui que aumentár sobre lo que queda dicho àcerca de la calidad y cantidad de alimentos que convienen à los infantes desde los dos años hasta los cinco. Solamente añadiré que cumplidos ya los cinco años se les ha de acostumbrar à comer de todo aúnque sea grosero, como no sea dañoso. Precíseseles à comer ò à lo menos à probar todo lo que puede ser sustento humano, y à comer à qualquiera hora para que se den à todo y aprendan à sufrír con paciéncia las incomodidades que en muchas ocasiones habrán de padecér.

No se les debe ministrár siempre un mismo género de comida, pero siempre simple y sana. „El hombre, dice Betzki, no se ha de alimentár solamente de vegetables como las béstias, les convienen ya en esta edad los guisados y cocidos sin especiál artificio, pero nunca con pimienta, ni aún picantes, como se ha dicho. Los alimentos preparados con mucho arte de cocina encienden la sangre, corróen los sólidos, y adelantan los males físicos y morales de la vejéz.

No se les suministrará la comida, dice tambien, en vagillas de cobre, estaño ni plomo, para evitár las partículas venenosas que proceden de èstos metales.“

El agüa pura es la mejor bebidá y el mas poderoso digestivo. Si algun padre quiere darles un poco de vino, debe ser tinto y mezclado con mucha agüa, pero no se olvide nunca de zelár sobre los criados en

èsta matéria, como queda encargado; sino serán infructuosas sus providéncias.

Las mesas largas no son para los infantes, ni aún para los que tengan ya siete ò mas años. Si asisten à ellas, dice Hervas, se deben despedír luego que hayan comido lo necesário, y no se les debe obligár à estár inmobles una ò dos horas.

§. III.

Exercicios y movimientos de los infantes en esta edad.

„Como los infantes apetecen estár en contínuo movimiento, dice Betzki, desean aquellos juegos que los ponen en accion, y el reposo y la quietud son contrárias à sus inclinaciones: y por èsto si alguna indisposicion ò alguna otra pasion del ànimo los fuerza à estarse quietos, se les ha de excitar à moverse por médio de algun juego divertido. La edad de la infáncia se pasa siempre saltando y con entretenimientos inocentes, y así conviene proporcionarles vários juegos é inventar algunos exercicios del cuerpo, en que se habitúen dulcemente à competír con sus igüales. La ociosidad lo destruye todo en tal edad, porque solamente la accion y el movimiento son los que multiplican eficazmente sus fuerzas, por cuya razon se les deben prohibir los juegos que impiden el exercicio.

Se les deben prohibír los juegos que impiden el exercicio, y aquellos en que se pierde ò se gana dinero.

Igüalmente se les deben prohibír aquellos juegos, añade, en que se pierde ò se gana, porque alteran los humores, encienden la sangre y fomentan la codícia: èstos juegos son un estado de guerra social en la qual cada uno procura despojar al otro, no solamente à sus enemigos, sino tambien à sus parientes mas cercanos y

à

à sus mejores amigos. En este caso ¿cómo serán posibles la alegría dulce y la quietud y reposo del ànimo tan recomendables para la salud? Enséñese à los niños à conocer quanto antes el precio del tiempo y del dinero, y así no perderán ambas cosas en el juego."

„No hay que pasár pena de sus juegos y diversiones, dice Fenelon (en el lugar cit. cap. 5). Ellos mismos se los inventan: basta dexarlos obrar y observarlos con un semblante alegre, y moderarlos si se acaloran demasiado. No se les ha de forzár su gusto: algun dia tendrán menos inclinacion à moverse, y su espíritu obrará mas: la sujecion y el enojo son las que producen tanta impaciéncia por divertirse. No se les ha de acostumbrar à grandes diversiones, ni à placeres violéntos: ellos estiman mas las que ponen su cuerpo en movimiento, y están contentos como mude su cuerpo de lugár.

No se les ha de acostumbrár à grandes diversiones ni à placeres violéntos.

Las gentes que tienen la desgracia de acostumbrarse à placeres violéntos, pierden el gusto de los placeres moderados y se molestan en una solicitud inquieta de alegría. Se destruye el gusto para las diversiones como para los manjares. Se acostumbran algunos à los manjares exquisitos de suerte que los manjares comunes y sazonados sencillamente se les hacen desabridos è insípidos. Temamos pues estos grandes quebrantamientos del alma, que preparan el enojo y el disgusto, especialmente son mas de temér en los niños que resisten menos à sus inclinaciones. Contengámoslos en el gusto de las cosas sencillas: ni se les den manjares condimentados con mucho arte para comér, ni grandes divertimientos para su regocijo. La sobriedad da siempre el apetito suficiente sin necesidad de buscár cosas apetitosas que conducen à la

in-

intemperáncia: la temperáncia, decía un antigüo, es la mejór obrera de la voluptad: con la temperáncia, que hace la salud del cuerpo y del alma, se está siempre en una alegria dulce y moderada, no se tiene necesidad ni de máquinas, ni de expectáculos ni de gastos para divertirse: un pequeño juego que se invente, una lectura, un paséo, una conversacion inocente que descanse despues del trabajo, hacen sentír una alegria mas pura que la música la mas amorósa y hechicéra.

Los placeres sencillos son menos vivos y menos sensibles, es verdad. Los fuertes y refinados elevan el alma moviendo los resortes de las pasiones; pero los sencillos dan una alegría igüal y durable sin ningun resultado maligno. Ellos hacen siempre provecho en lugar de que los otros son como los vinos falsificados, que al pronto agrādan mas que los naturales, pero alteran y perjudican la salud: el temperamento del alma se daña tambien como el gusto por el uso de placeres vivos y violéntos. Todo lo que se puede hacer respecto à los niños es acostumbrarlos à una vida sencilla, y fortificár en ellos el hábito por el mas largo tiempo que se pueda, prevenirlos de los inconvenientes que se originan de los otros placeres, y no abandonarlos à ellos mismos como se hace comunmente en la edad en que sus pasiones empiezan à hacerse sentir, y por consiguiente tienen mas necesidad de ser reprimidas."

REGLAS POR MENOR PARA DIRIGIR BIEN TODAS SUS ACCIONES EN ESTOS ULTIMOS AÑOS DE SU INFANCIA.

1.ª *Se han de acostumbrár à estár en pie la mayor parte del dia, lo que fortificará sus miembros y les*

les dará una rectitud expedita: en èsta disposicion todas las partes del cuerpo se afirman y se exercitan con mas conformidad, y el sueño que despues se toma es mas suave y tranquilo.

2.ª *Para estár sentados usen solamente sillas ò asientos de madera: hágaseles andár apriesa, la cabeza derecha y las espaldas hácia atrás, pero sin sacár demasiado el vientre hácia adelante.*

3.ª *Acostúmbrense à que se hagan por si mismos las cosas necesarias como lavarse, desnudarse, vestirse y otros actos corporales.*

4.ª *Si se les empieza à ensayar à escribir ò dibuxár hágaseles tenér recto el cuerpo, pues si se encorvan ò baxan demasiado se oprime el pecho.*

5.ª *Cuidese tambien de hacerlos ambidextros, procurando que todas las acciones las exerciten igüalmente con las dos manos en sus juegos ordinários, como en los de bolos, de pelota, en tirar piedras al blanco, en sus luchas y otros entretenimientos.* „*La naturaleza, dice Hervas, nos ha proveído de dos brazos y dos manos con igüal capacidad y disposicion para el exercicio de las fuerzas; mas la preocupacion hace casi inútil el uso de la mano que llamamos izquierda. El hombre que no puede valerse igüalmente de sus dos manos es medio hombre, y si por algun caso tiene impedida la mano derecha ya no es ni aún aquel medio hombre que era. El servirse solamente de la mano derecha es tanto abuso como si para mirár usáramos solamente de un ojo, en cuyo caso el otro por falta de exercicio se debilitaría, y aùn se haría inútil, lo que sucede con la mano izquierda à proporcion de lo que se exercita. Y aún es de mayor monta el defecto de destreza en una mano que el de mirár con un ojo solo, porque con un*

ojo

ojo solo el hombre puede manejarse tan bien como con los dos, mas la mano derecha sola no puede suplir con mucho lo que se podría hacer si ambas manos fuesen derechas. En vano, concluye, la naturaleza ha duplicado estos miembros si el descuido y la preocupacion con notable incomodidad nuestra nos impiden su total y libre exercicio.“

6.ª „*La recta razon, dice Betzki, enseña que no conviene pasár à los niños repentinamente de una grande alegria à una grande tristeza. Este contraste ha causado la muerte à hombres robustos y vigorosos, ¿que efectos pues no causarìa en estas plantas tiernas? Téngase presente, añade, un precepto tan importante, pero tambien previene que no se debe observár con ellos un régimen siempre uniforme, porque en este caso les haría impresion qualquiera novedad.*“

7.ª *Tampoco se debe colocár à los niños en habitaciones recientemente hechas ò pintadas, y mucho menos en las que haya azógue, ni aún acercarse à los que hayan trabajado en él. Ya se previno lo susceptibles que son de todas las impresiones.*

8.ª *Desde la edad de quatro años, dice Hervas, deben ir con la cabeza descubierta, porque asi se fortifica el cráneo, se impiden muchas fluxiónes, y el encalvecér presto.*

9.ª *Tambien fortifica el cráneo el cortar freqüentemente el cabello y limpiár à menudo la cabeza con brochas ò cepillos. Ballexerd dice que se debe cortár el cabello à los niños hasta que tengan diez años: de èsta manera no encalvecerán presto ò fácilmente, porque el cráneo se endurece y el cabello será mas fuerte y se arraygará mejór.*

10.ª *No deben estár en la cama sino para dormir. Ya se ha de empezár en èsta edad à irles cercenando algo*

del sueño: ya no deben dormir todo lo que quieran, pues con el mucho dormir se harian perezosos, y asi deben hacerse levantár luego que se hace de dia y sacarlos à respirar el ayre puro, para lo qual deben acostarse temprano, pues aúnque no duerman tanto como antes, deben no obstante dormir à lo menos nueve horas. „Es muy útil à los niños, dice Locke, acostumbrarse à levantar temprano::: Esto es lo mas saludable, y aquel que por un uso constante se haya hecho un hábito en su juventud à madrugár sin violentarse, quando ya sea hombre formado, no envidiará el imaginado placér de algunos que disipan la parte mejór y mas considerable de su vida en dormir ò en recreárse sobre un lecho.“

11.ª *Tambien dice que el empezár à reducirles el sueño ha de hacerse por grados poco à poco y no de un golpe, teniendo consideracion à sus fuerzas, à su constitucion particulár y à su temperamento, de cuya opinion es tambien Betzki, el qual aúnque cree que se debe empezár à abreviárseles en cumplir cinco años, exceptúa à los débiles y enfermos, y previene que se les haga estár en la cama sin encogerse ni encorvarse.*

12.ª *No se les debe precisár à dormir la siesta: el dormir es efecto naturál y necesário de la falta de espiritus vitáles, y corresponde à la mayor ò menor abundancia de ellos, y à su mayor ò menor disipacion. Por consiguiente el niño que duerme mucho, y disipa pocos espiritus vitáles porque se mueve poco, será poco sano. La naturaleza no obra igüalmente en el dormir y comér: no hay niño que no necesite comér tres ò quatro veces en las 24 horas, y son pocos los niños que tienen necesidad de dormir dos veces en este tiempo.*

13.ª *Previene tambien Locke que los niños deben acos-*

tarse

tarse en cama dura, que es mas sana que la blanda, pues la dura fortalece los miembros en lugar de que la blanda produce una complexîon enferma y delicada. Por otra parte el que esté acostumbrado en su casa à dormir sobre una cama dura, no perderá el sueño en los viages, en que le es mas necesario, por falta de lecho blando y de una almohada bien mullida."

14.ª *Betzki encarga tambien que no sea alta la almohada, ni la cama blanda, y dice que bastará un xergon de paja y quando mas un colchon.*

15.ª *Entiende tambien Locke que sería conveniente hacerles la cama de diversas maneras, poniendoles en distintas formas y situaciones la cabezera, ya mas alta, ya mas baxa, à fin de que no se viesen reducidos à sentír la mutacion mas pequeña, à la que no pueden menos de estár expuestos quando tengan que dormir fuera de su casa.* „*El sueño, dice, es el cordiál mas excelente que la naturaleza ha proporcionado para el hombre, y si por casualidad llega à perderse, el cuerpo lo ha de sentir precisamente. El que puede dormir en un sueño profundo se traga este cordiál, importa poco que sea sobre una cama blanda ò sobre tablas. El sueño es la sola cosa necesária. No se me diga, dice èste escritór, que un tal tratamiento no conviene à un niño que está destinado à poseer grandes bienes. Un Caballero noble debe ser siempre educado de manera que pueda llevár las armas y ser soldado : y todo el que en èstos tiempos educa à su hijo como si se destinase à pasàr una vida tranquila y llena de placeres disfrutando buenas rentas, se conoce que ha hecho pocas reflexiones sobre los diferentes exemplares que sin duda habrán pasado à su vista, y sobre el siglo en que vive.*" ¡*Qué reflexion tan oportuna para estos tiempos bien diferentes de*

los en que escribìa èste sábio filósofo! (1)

16.ª *En esta edad es pues quando ya se ha de subir de punto en acostumbrar los niños à sufrir la destemplanza de las estaciones. No se les ha de cubrir la cabeza sino quando el ardor del sol sea excesivo. No deben cesar de sus juegos y exercicios porque haga frio ni calor: permitaseles tanto en los dias nublados como serenos, en los lluviosos, en los calorosos y frios correr sobre la arena, sobre tierras labradas, subir montes escarpados y fragosos, y el andár à pies descalzos aúnque sea sobre las piedras, la cabeza y pecho descubiertos. Todo èsto fortifica su complexion, y no hay que temér les resulte ningun mal si lo hacen sin exceso. No se sigan en esta matéria los consejos de personas pusilánimes, ni de las madres ignorantes que los perjudican con sus tiernos cuidados.*

Hoffman y Pechino, citados por Hervas, advierten juiciosamente que ninguno vive mas sano ni menos expuesto à enfermedades que los que desde niños se acostumbran à exercicios algo fuertes y violentos, y la sabiduría no se halla en el país del que vive cómodamente, como se lee en el cap. 28 de Job. Conocieron bien esta verdad los antigüos. Aristóteles en su Política dice que los niños se acostumbren à sufrir fatigas è incomodidades dificiles à su edad. Sócrates fué del mismo parecer, y lo puso en práctica, como tambien lo hicieron otros antigüos filósofos, segun lo insinúa Aristófanes en el acto 2. de la Comédia intitulada: *Las Nieblas*, y generalmente, como advierte Ciceron lib. 2. de las Quest. Tuscul., los hombres sábios y políticos que formaron las Repúblicas Griegas tubieron gran cuidado de que la ju-

(1) Locke murió en el año de 1704.

juventúd se exercitase en fatigas corporales.

Feliz el infante, à quien sus prudentes y sábios padres lo acostumbran desde sus primeros años à las vicisitudes de las estaciones y à las intempéries del ayre, y le fortifican el temperamento por movimientos y exercicios corporales: que le acostumbran su estómago à sufrir el hambre y la sed: à todo género de alimentos hasta los mas groseros, y à tomarlos en qualquiera hora: y principalmente à sustentarse de contínuo con un alimento sencillo y frugál, haciendole concebir un felíz disgusto y displicencîa para los manjares delicados que los cocineros y reposteros preparan con tanto artifício y suntuosídad en las casas de los Grandes! El no envidiará la fuerza y salud de los animales, despreciará igüalmente los ardores del estío, tolerará sin impaciéncia hasta el extremo la hambre y la sed, ignorará hasta los mas leves acontecimientos de las enfermedades sin número que oprimen y destruyen nuestros débiles y relaxados cuerpos, y sino abusa de su robusta constitucion llenará dichosamente la mas larga carrera que el hombre puede prometerse.

INDICE

DE LAS MATERIAS CONTENIDAS EN LA SEGUNDA PARTE.

CAP. I. *De los cuidados que deben tenerse con los infantes recien-nacidos* . . . . . pag. 3

§. I. *Debe observarse si todos los miembros del recien-nacido, particularmente la cabeza, tienen configuracion perfecta* ibid.

§. II. *Baño del recien-nacido* . . . . . pag. 5

§. III. *Expulsion del Mecónio* . . . . . pag. 9

§. IV. *El infante debe ser lactado por su própia madre* . . pag. 14

Riesgos á que se expone la madre que no lacta su própio hijo p. 15

Ventajas de que se priva . . . . . pag. 16

Injusticia que se hace al infante privándolo de un derecho que le da la misma naturaleza . . . . . pag. 18

Perjuicios que se siguen al infante que no es lactado por su própia madre . . . . . pag. 20

§. V. *De las Amas de leche* . . . . . pag. 24

Circunstancias que deben tenér las nodrizas . . . . . pag. 25

Circunstancias y calidades de la leche buena . . . . . pag. 28

Género de vida que debe observár el Ama de leche, y espécie de alimentos que le conviene . . . . . pag. 30

§. VI. *Faxas del recien-nacido* . . . . . pag. 34

Maximas que resultan . . . . . pag. 44

CAP. II. *Del cuidado con que se deben manejár los infantes en los primeros meses de su vida hasta la salida de los primeros dientes* . . . . . pag. 48

§. I. *La primera edad del infante exige una vigilância continua, sin perderlo jamás de vista para su limpieza, y socorriéndolo en quanto necesita, no omitiendo nada de lo que conduce à su cuidado y bien estár* . . . . . ibid.

Nunca se deben encargár al cuidado de personas de poca edad p. 49

El único medio de apacigüar sus llantos y gemidos es quitár las causas que los producen . . . . . ibid.

Errores que causan muchos perjuicios sobre este punto . . . . ibid.

Perjuicios que se siguen de procurarles un sueño forzado con movimientos violéntos y estrepitosos de la Cuna . pag. 50

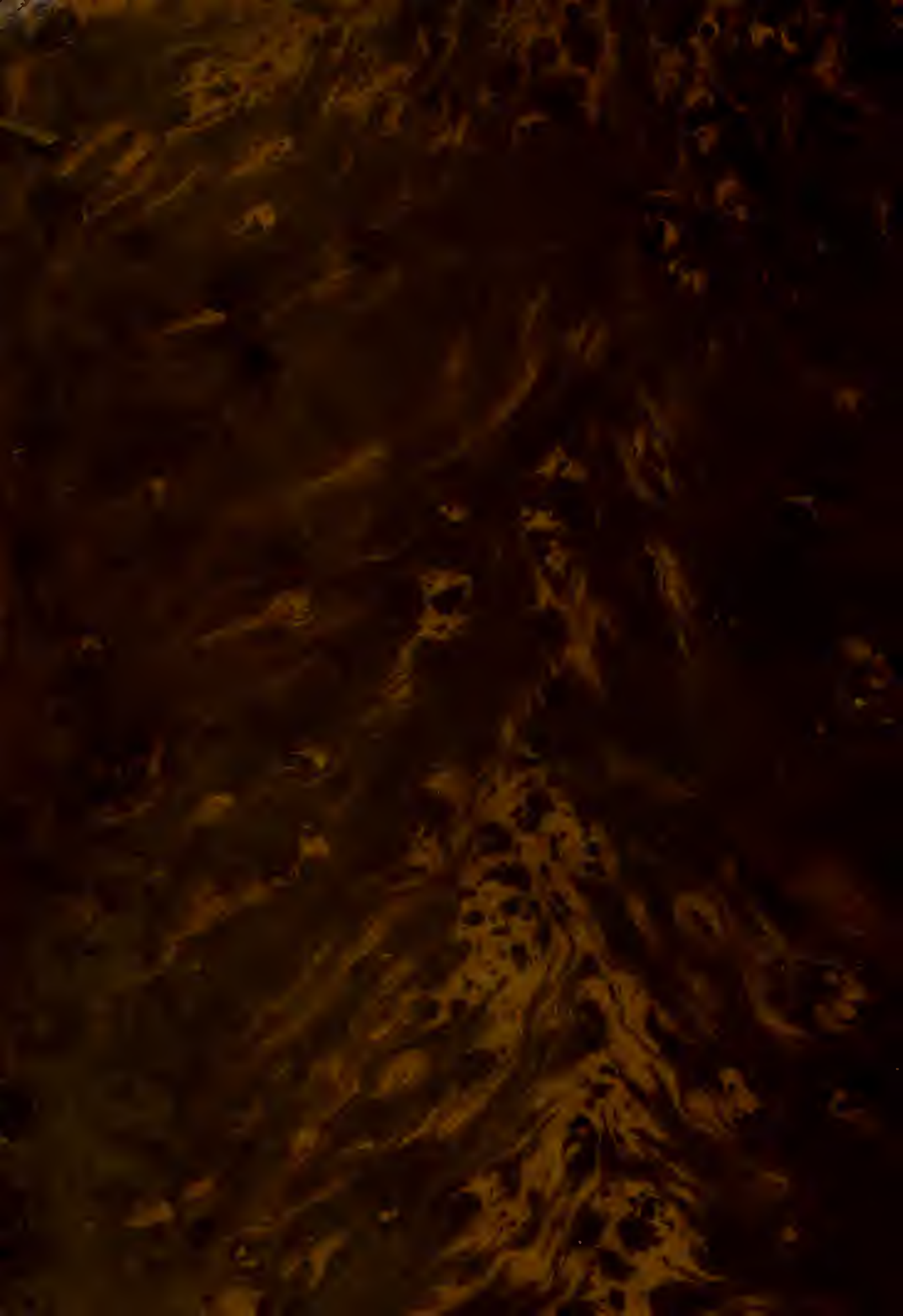
No deben estár largos ratos en una misma postura, y debe cuidarse mucho de que estén siempre limpios y enjutos . pag. 52

Si se tienen siempre en un mismo brazo y de un mismo lado padece mucho su talle . . . . . pag. 54

Deben ser limpias todas las cosas que los tocan . . . . . ibid.

Deben evitárse todas las causas de su ira, enfado, tristeza y demás pasiones del ánimo . . . . . pag. 55

Ma-

Maximas que resultan . . . . . pag. 58
§. II. *Del sueño y abrigo de los infantes en los primeros meses* p. 62
Es necesário dexár dormir à los niños quanto quieran quando son muy pequeños . . . . . pag. 63
Los infantes necesitan de mucho abrigo en los tres ó quatro meses primeros . . . . . pag. 64
El acostumbrarlos al ayre libre, y à sufrir las variaciones del frìo y del calór, ha de ser por grados y à proporcion que adelantan en edad . . . . . pag. 67
Advertencias para que no se hagan bizcos . . . . . pag. 68
Precauciones para con todos sus sentidos corporáles . . pag. 69
Maximas que resultan . . . . . pag. 70
§. III. *Del alimento de los infantes en los primeros meses* . pag. 73
Tiempo en que se puede dar à los infantes otro género de alimento además de la leche . . . . . ibid.
La calidad de alimentos que se les puede dar juntamente con la leche . . . . . pag. 76
Si los infantes que se sustentan con sola la leche pueden bebèr . . . . . pag. 78
Freqüencia con que se les debe dar de mamár . . . . . pag. 79
Maximas que resultan . . . . . pag. 81
CAP. III. *Del modo de tratár y manejár los infantes desde la salida de sus dientes hasta los dos años de su edad* . pag. 84
§. I. *Dentadura de los infantes* . . . . . ibid.
Causa de ser dolorosa la primera salida de los dientes . pag. 85
Número, diversidad, y distintos oficios de los dientes . pag. 86
Tiempos en que salen los dientes . . . . . pag. 87
Causa de no ser dolorosa la segunda salida de los dientes . pag. 89
Señales de empezár á salir los dientes, y cuidados necesários en este tiempo . . . . . ibid.
Método de disponer las encias para facilitár la salida de los dientes . . . . . ibid.
Alimentos de los infantes al tiempo de dentecér, y de sus madres ó nodrizas . . . . . pag. 91
Perjuicios que se siguen de no cuidár de la limpieza de la boca de los niños . . . . . pag. 93
Maximas que resultan . . . . . pag. 94
§. II. *Tiempo en que los infantes empiezan á caminár* . . pag. 98
Los infantes deben ensayarse á caminár mucho antes de la primera calzadura . . . . . ibid.
Ventajas que se siguen de esta práctica . . . . . ibid.
No es inconveniente para este uso el que tengan las piernas torcidas; antes por el contrário les es mas útil . pag. 99
Los cordones que llaman andadores, *les son inútiles, y*

aún perjudiciales . . . . . ibid.
El movimiento y exercicio contínuo que los niños apetecen naturalmente, no se debe impedir, sino auxiliár . . pag. 100
Maximas que resultan . . . . . pag. 102
§. III. *Los baños de agüa naturál en las piernas de los infantes son otro médio excelente para fortificarlas* . pag. 104
Método de hacer los baños . . . . . pag. 108
Efectos saludables de los baños de agüa fria . . . . . pag. 109
Maximas que resultan . . . . . pag. 110
§. IV. *Primera calzadura del infante* . . . . . pag. 112
Perjuicios que resultan del uso de las cotillas y corsés . pag. 113
Vestido que les conviene en esta edad . . . . . pag. 117
Perjuicios que se siguen del mal método de calzár á los infantes . . . . . pag. 118
Maximas que resultan . . . . . pag. 119
§. V. *Reglas para el tiempo y modo de destetár los infantes* pag. 122
CAP. IV. *Cuidado en la educacion física de los infantes desde los dos años hasta los cinco* . . . . . pag. 125
§. I. *Es el tiempo de empezár á formár su carácter, de inspirarles las inclinaciones convenientes, y reprimir las perjudiciales* . . . . . ibid.
Maximas que resultan . . . . . pag. 130
§. II. *Méuios de fortalecér y vigorár el cuerpo de los infantes en esta edad* . . . . . pag. 133
Maximas de Locke en esta matéria . . . . . ibid.
§. III. *Alimentos en esta edad* . . . . . pag. 136
Calidad de alimentos que les conviene en esta edad, y método de ministrárseles . . . . . pag. 137
Precauciones para el uso de las frutas . . . . . pag. 140
Cantidad de alimentos que les conviene . . . . . ibid.
Advertencias para el uso de manjares sólidos . . . . pag. 141
Advertencias sobre la bebida de los infantes . . . . . pag. 142
Maximas que resultan . . . . . pag. 143
CAP. V. *Conducta en criár los infantes desde los cinco años hasta salír de la infancia* . . . . . pag. 146
§. I. *De los vestidos de los infantes en esta edad* . . . . . ibid.
§. II. *Alimentos en esta edad* . . . . . pag. 148
§. III. *Exercicios y movimientos de los infantes en esta edad* . p. 149
Se les deben prohibir los juegos que impiden el exercicio, y aquellos en que se pierde ó se gana dinero . . . . . ibid.
No se les ha de acostumbrar á grandes diversiones ni á placeres violéntos . . . . . pag. 150
Reglas por menór para dirigir bien todas sus acciones en estos últimos años de su infancia . . . . . pag. 151